

白领·品味生活

亲手泡杯 好红茶

高野健次 著

詹龙骧 译

二十余年红茶实务经验大公开

教您亲手泡出一杯**香醇味美**的好红茶

让您用感觉去体会、享受红茶的无穷魅力

中国建材工业出版社

亲手泡杯

好红茶

享受人生可以从一杯红茶开始



大师真传示范，用详细的图解步骤，传授给您红茶的冲泡技巧，并教给您14种不同风味的调味红茶作法，其中水温控制、茶叶份量、冲泡时间、调味材料、茶杯选用、口感等资料都有详尽的介绍，让您也能亲手泡出一杯好红茶，品味红茶的无穷魅力。

只有知识是泡不出一杯好红茶的

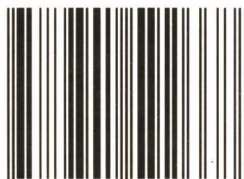
冲泡红茶第一人——高野健次，二十几年来每天都有冲泡上百杯红茶的经历，从中体会出令红茶香醇味美的诀窍，在此与您一起分享。本书最突出的地方，是它不只是知识，而是一本着重实务、强调经验传授的红茶书，教您从泡茶的过程，用感觉去体会关于红茶的种种情趣。



点心也让人心动

体会英国人的下午茶文化，自己动手做几样搭配红茶的点心。奶酪蛋糕、水果布丁、各式三明治，让您和红茶一起度过一个轻松愉快的下午。

ISBN 7-80159-266-2



9 787801 592668 >

ISBN 7-80159-266-2/Z · 042

定价：25.80元



白领·品味生活

亲手泡杯好红茶

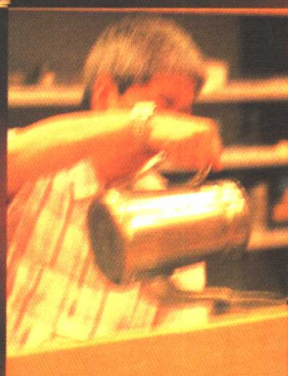
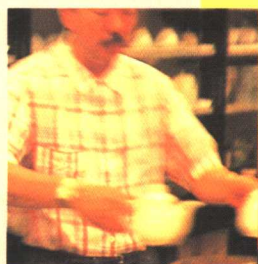
高野健次 著

詹龙骧 译



中国建材工业出版社

引言



笔者个人由于酷爱红茶之道，进而在1974年开设了一家TEA HOUSE TAKANO。当时正逢爆发第一次石油危机，全球物价高涨，经济恐慌。而餐饮业也正值咖啡当道，“咖啡馆”如雨后春笋般林立的全盛期。当初我的作法可以说正好是逆势而为。

在此后的二十多年来，笔者从每日冲泡上百杯红茶的实务经验当中，体会出若干能令红茶香醇味美的诀窍，并本着“独乐乐，不如众乐乐”的想法，执笔为文，写成此书。

本书和同类书的最大相异之处在于，它既非出自知识的角度去理解红茶，更不是教授读者有关红茶历史的教科书。这本书所谈的是完完全全实际冲泡红茶的过程中，以自己的感觉和感性所心领神会到的有关红茶的方方面面。

因为光只有知识是不足以泡出好红茶的。唯有通过持续不断的尝试，才有冲泡出好红茶的可能。所以，为了让这过程浅显易懂，并将用茶叶的种类及其用量、失败的原因和所须考虑的因素，在此都尽量用连续的图片说明，以方便读者，一目了然。

另一方面，每个人的口味或重或淡多少都有不同，请务必参考本书的相关资料，灵活运用。

最后，笔者想说的是，即使是只有一个人（当然是愈多愈好），能经由本书而对红茶感到兴趣甚至着迷的话，那就是笔者最值得欣慰的了。

高野健次

C O N T E N T S

目录

PART 1 冲泡红茶的方法 · 19

在泡一杯好红茶之前 · 20

品尝红茶的哲学 · 24

用茶壶冲泡纯红茶的诀窍 / 26

用茶壶冲泡奶茶的诀窍 / 28

用单柄锅冲泡红茶的诀窍 / 28

冰红茶令您暑意全消 · 32

冲泡冰红茶秘技①：急速冷却冲泡法 / 34

冲泡冰红茶秘技②：二度冷却冲泡法 / 36

白霜化是什么？ / 38

茶包冲泡的诀窍 / 40

使用茶包的注意事项 / 42

PART 2 各式调味红茶的做法 · 43

精致的皇家奶茶(CHI) · 44

香甜的坚果奶茶 · 46

甘美的肉桂茶(香料茶) · 48

迷人的热薄荷茶 · 50



刺激的姜汁茶 · 52
温柔的玫瑰红茶 · 54
健康的椰糖茶 · 56
难忘的亚麻奶茶 · 58
痛快的气泡红茶 · 60
充满想像的冰肉桂茶 · 62
消暑的冰薄荷茶 · 64
浪漫的冰柳橙红茶 · 66
最受欢迎的冰柠檬红茶 · 68
极品的红茶果冻 · 70



PART 3 了解红茶的特征 · 73

红茶园的明媚风光 采茶人的勤苦生活 · 74
红茶的生长与制作过程 ——栽培篇—— · 78
红茶的生长与制作过程 ——制作篇—— · 80
红茶术语 · 82
混合调制出美味红茶 · 86
世界主要红茶产地概述 · 90
 印度 / 90
 斯里兰卡 / 91

肯尼亚 / 92

印尼 / 93

中国 / 93

不可不知的茶园·大吉岭篇 / 95

不可不知的茶园·锡兰篇 / 96

极品红茶在哪里? · 98

锡兰 / 98

印度 / 100

中国 / 102

PART 4 与红茶共度快乐时光 · 105

难以忘怀的一杯红茶 · 106

每个时刻都要喝红茶 · 108

依场合来选择合适的红茶 / 108

视身体状况而定 / 110

随着季节改变, 选择不同红茶 / 113

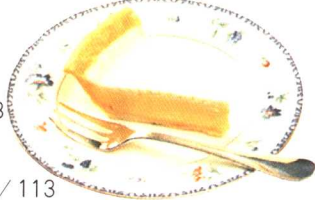
来个快乐的下午茶会 · 114

搭配红茶的甜点 · 118

司康 / 119

红茶蛋糕 / 120

巧克力蛋糕 / 121



奶酪蛋糕 / 122

水果布丁 / 123

适合下午茶的三明治 · 124

健康三明治 / 125

总汇三明治 / 126

鸡蛋三明治 / 126

鲔鱼三明治 / 127

适合搭配红茶的食物 · 128

PART 5 红茶的品牌 · 131

BROOKE BOND · 132

BROOKE BOND HOUSE · 133

FORTNUM & MASON · 134

GOLDEN TIME · 135

KOBE TEA · 136

LIPTON · 137

MUSICA TEA · 138

NITTO · 139

RIDGWAYS · 140

SUMATRA TEA · 141



TAKANO INDIA TEA CENTER · 142

TAKANO TEA · 143

TEEJ · 144

YOYOYA · 145

PART 6 精选茶器 · 147

挑选茶壶/茶壶篇 · 148

挑选茶杯和茶盘/纯红茶篇 · 150

挑选茶杯和茶盘/奶茶篇 · 152

挑个容量十足的大杯子/马克杯篇 · 156

茶具组篇/158

茶具附件篇/160



附录 · 161

红茶答客问 红茶Q和A · 162

您不可不知的红茶用语 · 170

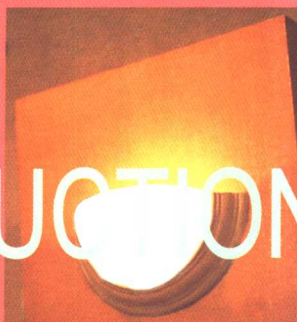
COLUMN

- ◆非常环保的印度CHI · 72
- ◆有机栽培的红茶真的比较好吗? · 104
- ◆关于红茶的涩味和口感 · 130
- ◆用红茶做茶泡饭好吗? · 146
- ◆冲泡时茶叶的跳跃运动绝对必要吗? · 169





INTRODUCTION



与茶叶的对话……

23年来，每日不间断地与红茶朝夕相处，
使我深深地体会到：
不管你的大脑对红茶有多么了解，
你仍然无法泡出一壶好红茶来。
惟有不断地去尝试，
用感觉去理解，
才能真正踏入红茶的国度。



冲泡美味红茶比你想像中更容易

要自己动手去冲泡



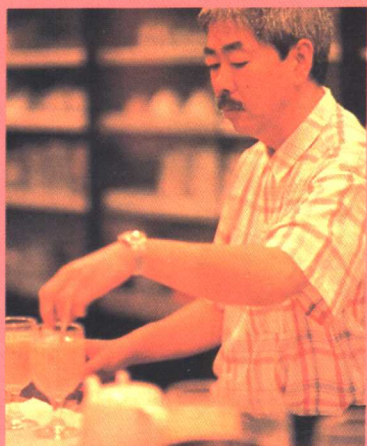
由于对红茶的喜爱，我在23年前就开了一家红茶专门店。当时会将红茶当成日常饮料的人可以说是异常地稀少。

但时至今日，红茶已是一股风潮，它也早已打入一般人的日常生活中了。

在这股红茶热的带动下，有些人屏气凝神闻“红茶的香味”，闲来无事就四处造访红茶园，并且装了满脑袋的红茶经。这样子的人在最近的四五年间突然增加了不少。

当然，怎么喝红茶，绝对是个人的自由。

但是学究式的喝法岂不是很有趣？其实，只有轻轻松松地享用红茶，



才是喝红茶的最高境界。

况且，不论你对红茶的知识是如何的渊博，遗憾的是，这对于能不能冲泡出一壶好红茶来说，没有丝毫帮助。

只有通过自己不断地尝试，才能发现合自己口味的茶叶；也才会知道自己的口味适合放多少分量的茶叶，进而冲泡出完全合乎己意的红茶来。





想要领略

红茶的原色和原味，
就要有极熟练且利落的动作

当冲泡红茶 变成了习惯 则麻烦程序 将变得简单



喝罐装红茶和瓶装红茶是人们没有闲情逸致去自己动手泡壶茶时的权宜之计，但如果你想喝杯够水准的红茶，可千万别指望它们。

如果你真想领略红茶美妙的色香味的话，那还是请您老老实实地用茶叶和茶壶好好地去冲泡它吧。

“日常生活这么忙，哪来的闲功夫泡茶？”对于原本抱着这种想法的人，只要能将冲泡红茶培养成一种习惯，那么，当它已经成为一种习惯后，就丝毫不会觉得苦了。

“要冲泡出一壶好茶得先问过茶叶”

冲泡红茶其实相当简单。说穿了，不过是将茶叶放在壶子里，然后注入热水便算完成。

23年来最大的心得是：
想泡好红茶，
就要“与茶叶对话”。

但我就是借着这种持续而简单的作业，建立了“与茶叶的对话”。我个人是绝对不会不先问问是哪一种茶叶，就一律吩咐“就这么做！”

毕竟，要冲泡出一壶好茶得先问过茶叶。

