



走近 葡萄酒

ZOIJIN PUTAO JIU

李 华 编著



农村读物出版社



走近葡萄酒

ZOU JIN PUTAO JIU 李 华 编著



农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

走近葡萄酒/李华编著. —北京: 农村读物出版社,
2002. 7
(精致生活)
ISBN 7-5048-3788-1

I. 走... II. 李... III. 葡萄酒-文化-通俗读物
IV. TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 015032 号

出 版 人	傅玉祥
责任编辑	赵 勤
出 版	农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)
发 行	新华书店北京发行所
印 刷	中国农业出版社印刷厂
开 本	850mm×1168mm 1/32
印 张	5.25
插 页	16
字 数	124 千
版 次	2002 年 8 月第 1 版 2002 年 8 月北京第 1 次印刷
印 数	1~6 000 册
定 价	15.80 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)



目 录

一、葡萄酒——人类健康之友 1

1.葡萄酒与“法兰西怪事”	3
2.葡萄酒防治血栓病	5
3.具有神奇抗癌效能的白藜芦醇	6
4.我国传统医学与葡萄酒	7
5.葡萄酒解除“应激”	8
6.葡萄酒抗衰老	9
7.葡萄酒防治心血管病	11
8.葡萄酒与美容	12
9.葡萄酒减肥	12
10.葡萄酒预防老年痴呆症	13
11.葡萄酒与糖尿病	13
12.葡萄酒的滋补、助消化等效用	14
13.葡萄酒在人体内的转化	15
14.适量地饮用葡萄酒的益处	16

二、在餐桌上饮用葡萄酒 18

1.餐桌的桌布	19
2.就餐的环境	19
3.葡萄酒酒杯	19
4.开瓶	21
5.侍酒	23
6.饮用温度与时间	23
7.已开启的葡萄酒	25
【小常识】 饮用葡萄酒的规则	26
饮酒者脸色的变化	26

三、葡萄酒与美食的搭配 27

1. 葡萄酒与食品 29
 2. 葡萄酒与菜肴的搭配 31
 3. 葡萄酒与法国菜的搭配 33
 4. 葡萄酒与中国菜的搭配 35
- |专题 1|** 国产干红葡萄酒 50
- |专题 2|** 干红葡萄酒的品饮技巧 52
- |专题 3|** 冰镇干红葡萄酒的格调 54

四、美酒三步曲——葡萄酒的品饮与鉴赏 56

1. 品尝前的准备 58
 2. 观色 62
 3. 闻香 67
 4. 品饮 75
- |专题 1|** 葡萄酒的专业品评 83
- |专题 2|** 葡萄酒的质量指标 84
- |专题 3|** 品酒的礼仪 86

五、选购葡萄酒 91

1. 购买葡萄酒的地方 92
 2. 销售葡萄酒的分类 93
- |专题|** 给葡萄酒命名 94
- |小常识|** 干酒和甜酒 95

六、百花争艳的大家族 96

1. 酒与葡萄酒 97
2. 葡萄酒的种类 100

3. 红葡萄酒和白葡萄酒	102
4. 香槟酒	105
5. 利口葡萄酒	110
6. 白兰地	111

七、葡萄酒的秘密——分级与标签 117

1. 法国葡萄酒的分级	118
2. 意大利葡萄酒的分级	120
3. 德国葡萄酒的分级	123
4. 葡萄酒的标签	124
5. 家庭存贮葡萄酒	129
[专题1] 葡萄酒的类别	131
[专题2] 日常餐酒与地区餐酒	137
[小常识] 葡萄酒瓶标签上的日期	140

八、葡萄酒的故事 141

1. 古希腊的酒神	142
2. 罗马的酒神	144
3. 诺亚(Noah)醉酒	145
4. 古埃及的酒神	147
5. 葡萄酒买官	148
6. 魏文帝垂涎葡萄酒	149
7. 唐高祖、唐太宗与葡萄酒	150
8. 唐朝妇女的“酒晕妆”	152
9. 王绩酒店壁题葡萄酒诗	152
10. 李白的葡萄酒醉歌	153
11. 白居易的葡萄酒诗	154
12. 刘禹锡自酿葡萄酒	154
13. 千古传颂的葡萄酒名诗	155
14. 苏东坡的葡萄酒情缘	156

15. 陆游赞誉葡萄酒	157
16. 元好问与葡萄酒	157
17. 温日观以头画葡萄	158

九、灿烂的葡萄酒文化 160

1. 人文和社会氛围	161
2. 葡萄酒与艺术	165
3. 葡萄酒的艺术享受	166
4. 来自葡萄酒的绘画灵感	167
5. 文学艺术与葡萄酒	168
6. 音乐作品中的葡萄酒	169
7. 最早提到葡萄酒的法典	170
8. 中国酒文化中的艳丽之花	171
9. 我国关于葡萄(酒)最早的文字记载	172
10. 周朝的人工种植葡萄园	173
11. 葡萄酒业始于汉武帝时期	174
12. 《马可·波罗游记》中的中国葡萄与葡萄酒	174
13. 元朝的葡萄酒为祭宗庙用酒	175
14. 《农桑辑要》记录的葡萄栽培	176
15. 检测葡萄酒的奇特方法	176
16. 葡萄酒的税收	177
17. 《本草纲目》对葡萄酒的精辟认识	178
18. 清朝京城的三种酒店	179
19. 孙中山与张裕葡萄酒	180

十、常用葡萄酒词汇 183

主要参考书目与图片来源 189

一、葡萄酒—— 人类健康之友

同样是摄入大量的肉类、油脂和食糖，法国人的心血管病发病率却比其他许多经济发达国家低得多，科学家将这一奇怪的现象称之为“法兰西怪事”。当谜底揭开的时候，人们都大吃一惊，法国人的健康竟然与葡萄酒有关。科学研究人员发现，葡萄酒中的酒精对人类的心血管系统有保护作用；适量饮用葡萄酒，可减少心血管的发病率；能够明显减少动脉粥样硬化斑块的出现；适量饮用葡萄酒的女性，患中风的危险要比不喝酒的女性减少40%~60%。



著名法国化学家路易·巴斯德(Louis Pasteur, 1822—1895)对葡萄酒进行了深入、系统的科学研究,第一次分离出了酵母菌,揭示了酒精发酵的实质。随后,很多科学家开展了对葡萄酒的专门研究。随着科学技术和葡萄酒学的进步和发展,人们对葡萄酒的认识和了解不断地深入。例如,人们确定的葡萄酒的成分已经由1950年的50多种增加到1986年的600种。但人们对葡萄酒的某些物质,特别是芳香性物质的了解还很少。葡萄酒作为一种营养丰富的自然饮料,仍然存在着很多秘密等待我们去探索。

水 水是葡萄酒的主要成分,占70%~90%。但葡萄酒中的水,是葡萄植株的根系从土壤中直接吸收的,因此是生物学纯水。它也是葡萄酒中其他物质的载体,正是这些物质,使每种葡萄酒具有其个性和风格。所以,水是葡萄酒“生命”的源泉。

酒精(乙醇) 是酵母菌利用葡萄浆果中的糖进行发酵的主要产物。葡萄酒中酒精的含量通常为7%~16%(V/V),一些自然甜型葡萄酒和加强葡萄酒的酒精含量可达到23%(V/V)。酒精是葡萄酒香气和风味物质的支撑物,其使葡萄酒具有醇厚和结构感。

糖和甘油 葡萄酒中的糖通常是浆果中未经发酵的部分。干型葡萄酒的含糖量低于每升4克,甜型葡萄酒中的含糖量可达到每升80克或更高。甘油是酒精发酵的副产物,其含量通常为每升5~12克。糖和甘油都可使葡萄酒具圆润和肥硕感。

酸 葡萄酒中的酸主要有两类。

葡萄浆果本身的酸: 酒石



酸、苹果酸和微量柠檬酸。

发酵产生的酸：乳酸、琥珀酸和醋酸等。

葡萄酒含酸量过低，则口味平淡，贮藏性差；含量过高，则酒体粗糙、瘦弱。因此，葡萄酒中酸的成分和含量可影响葡萄酒的协调感和贮藏性。

单宁和色素 在红葡萄酒的酿造过程中，由于对果梗、果皮和种子的浸渍作用，使存在于其中的单宁和色素溶解在葡萄酒中，其含量通常为每升1~5克。单宁可影响葡萄酒的结构感和成熟特性，色素主要影响葡萄酒的颜色。

在葡萄酒中，还含有很多其他物质，如高级酯、脂肪酸、芳香物质、多种矿物质(包括微量元素)、微量的二氧化碳、三氧化硫及多种维生素(如维生素B₁、维生素B₂、维生素B₆、维生素B₁₂、维生素C、维生素P等)和各种氨基酸。

1. 葡萄酒与“法兰西怪事”



1989年，世界心血管疾病控制系统——“莫尼卡项目”的调查证实，法国人的冠心病发病率和死亡率均低于其他西方国家，尤其是比英国和美国要低得多，其标准人群(35~64岁)中心脏病的死亡率约为英国的1/2，为美国的1/4。

法国人的饮食中动物性脂肪含量高，胆固醇摄入量较大，且吸烟、嗜酒成性。法国人的人均葡萄酒饮用量居世界首位。由此，可以认为由于饮食和生活方式的因素，法国人应该是一个有健康危险的群体。但出人意料的是，比起那些正常饮食中不包括葡萄酒的人，进餐中饮用葡萄酒的法国人的心血管疾病和发病率及死亡率较低。这就是所谓的“法兰西怪事”(The French Paradox)。

“法兰西怪事”引出的结论是：法国人与英国人和美国人的饮食结

构基本相同,显著区别是英国人爱喝威士忌的蒸馏烈性酒;美国人爱喝啤酒;法国人则钟情于可口好喝,并带有浪漫色彩的葡萄酒。显然,起作用的是葡萄酒。



美国政府于1995年将《葡萄酒的保健效果》研究课题列入200万美元的国家预算。各国政府历来都是指责过量饮酒的危害,而由政府出资将酒的正面效果作研究课题则是从未有过的。

1919年美国国会通过“沃尔斯特德法”,明令禁酒,但允许少量葡萄酒供“医疗和宗教使用”。

时间的流逝,不仅会改变人们的观念,也会改变政府的行为。在美国政府出资研究葡萄酒的保健效果后,英国政府也提出要提高推荐饮酒量的上限。世界上开始承认适量饮用葡萄酒的保健功能。

大量研究资料表明,适量饮酒能降低死亡率和心脏病的危险。1992年哈佛大学医学院的研究人员撰文认为适量饮用葡萄酒是减少心脏病的九种科学方法之一。1995年Griffith的研究结果认为,每天摄取酒精10~30克,可降低死亡率20%~80%,平均可降低50%。日本于1995年发表了一项以5139名男性医生为对象,历时12年的跟踪调查结果,发现每天摄取27克以下酒精的人的死亡率明显低于戒酒者或者从来不饮酒的人。美国的医生们干脆成立了“葡萄酒医疗之友俱乐部”。可见,葡萄酒的保健效果得到了美国医生们的普遍认同。

事实上,医学研究已取得了令人信服的研究成果:适量饮用葡萄酒具有良好的预防性疗效,特别是在减少冠状动脉疾病方面尤为显著。

研究人员认为目前已经破解了



“法兰西怪事”之谜，即葡萄酒中含有可抗癌的抗氧化剂——白藜芦醇。白藜芦醇这种化合物可以使抗癌疗法（如化疗）中能够保护癌细胞的蛋白质失去活性。美国的研究人员发现，一种叫做NF-卡巴粒B的蛋白质能使肿瘤细胞即使在化疗中也可以存活下来，如果将NF-卡巴粒B抑制，则癌细胞便可在化疗过程中被彻底杀死。而白藜芦醇通过使NF-卡巴粒B这种癌基因丧失活性而达到抗癌的效果。发现白藜芦醇的作用，对人类将其开发成抗癌药物，有非常重要的作用。

研究还发现白藜芦醇可以防止细胞癌变，并阻止恶性肿瘤扩散；白藜芦醇还可抑制细胞发炎；而细胞发炎与关节炎和其他疾病有关。

2. 葡萄酒防治血栓病

白藜芦醇产生于葡萄叶表皮和浆果果皮中，是植株对真菌病害感染反应的结果。它以游离态和糖苷结合态两种形式存在，且均具有抗氧化效能，是葡萄中的一种重要的植物抗毒素。白藜芦醇能够阻止低密度脂蛋白的氧化，因而具有潜在的防心血管疾病、防癌、抗病毒及免疫调节作用。

1992年研究人员在葡萄酒中首次发现了白藜芦醇。1995年日本科研人员进一步研究了葡萄酒中的白藜芦醇，确认该成分多存在于葡萄果皮上，通过浸渍与发酵（酒精发酵和苹果酸—乳酸发酵）进入酒中。红葡萄酒中白藜芦醇含量平均为每升1毫克，白葡萄酒中则约为每升0.2毫克。据报告，将红葡萄酒稀释1000倍，测试白藜芦醇的抗血小板凝集能力，结果表明每升1.2毫克的白藜芦醇可使血小板凝集的抑制率达到80%。血小板在体内凝集后会造成血栓病，如能抑制这种凝集，就可预防血栓病。由于葡萄酒中含有的白藜芦醇和水杨酸等都具有抑制血小板凝集的功能，因此，经常饮用葡萄酒能预防血栓病。



3. 具有神奇抗癌效能的白藜芦醇

作为葡萄酒的功能性成分，白藜芦醇对人体具有重要作用：



(1) 抗菌 研究表明，葡萄受到葡萄霜霉菌侵染后，离坏死果实较近且没有受到侵染的部位，白藜芦醇的含量很高，能有效地抑制坏死区的扩展。

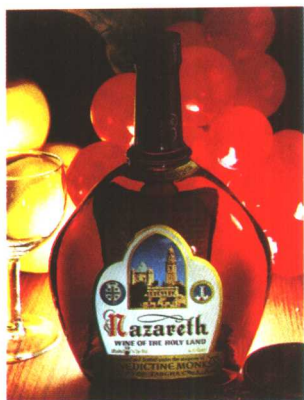
(2) 抗癌、抗诱变 美国的 John Pezzuto 教授发表的题为《葡萄的天然产物白藜芦醇的抗癌活性》一文，证明白藜芦醇能有效抑制与癌症各过程相关的细胞活动，也就是说，在癌症发生的起始、增进和扩展三个主要阶段，白藜芦醇都有防癌活性，并全部抑制癌症发生的三个阶段。

他还指出，在桑葚、花生、葡萄等 72 种植物中，发现有白藜芦醇，其中尤以葡萄中含量高，特别是葡萄果皮和红葡萄酒中含量最多。据此，美国研究癌症的专家向人们提出防癌新建议：多吃葡萄，吃葡萄不吐葡萄皮。并认为，通常的葡萄酒饮酒量一般已达到白藜芦醇的有效量。

此外，白藜芦醇还具有防治冠心病、高脂血症、抗氧化、扫除自由基、抗血栓、抗炎症和抗过敏等作用。

【白藜芦醇的含量】 白藜芦醇在葡萄酒中的含量，根据葡萄酒的酒种、葡萄品种、产地的不同，存





在很大差异,但总的说来,红葡萄酒中的白藜芦醇含量大于白葡萄酒、白葡萄酒中的白藜芦醇含量大于加强葡萄酒。

人们在对葡萄不同部位中白藜芦醇的含量进行分析后发现,葡萄皮中白藜芦醇的含量最高。并且发现葡萄酒中白藜芦醇的含量远远高于葡萄中白藜芦醇的含量。

葡萄酒中的白藜芦醇主要来源于葡萄果实,通过酒精发酵和苹果酸—乳酸发酵后,果皮和种子中的白藜芦醇进入葡萄

酒中。

比较不同品种的葡萄酒,白藜芦醇的绝对量是黑彼诺的含量大于梅鹿特、梅鹿特的含量大于赤霞珠。

【地区间的差异】 不同地区的葡萄酒中,游离态白藜芦醇的含量差异很大,地中海地区(意大利、西班牙、葡萄牙)和新大陆(加州和南美)的葡萄酒中含量较低,而法国布根地和波尔多葡萄酒中的含量则较高。除意大利、南美、西班牙和葡萄牙的葡萄酒外,在其他地区的葡萄酒中均是游离态白藜芦醇的含量高于结合态白藜芦醇的含量。

在中国,根据不同的葡萄品种、产地、葡萄酒种类及酿酒工艺,在酿造的葡萄酒中,白藜芦醇的含量在每升 16.7 ~ 46.3 毫克之间。



4. 我国传统医学与葡萄酒

我国古代医学家很早就认识到葡萄酒的滋补、养颜、强身作用。

● 秦汉时期人托名“神农”所作的《神农本草经》中共收载药物 365 种,并将药物分为三品。认为无毒的称上品为君,毒性小的称中品



为臣，毒性剧烈的称下品为佐使。将葡萄、大枣等五种果实列为果中上品，并记述：“葡萄：味甘，平。主筋骨湿痹、益气、倍力、强志、令人肥健、耐饥、忍风寒。久食，轻身、不老、延年。可作酒”。

● 李时珍在《本草纲目》中写道：葡萄酒可“暖腰肾、驻颜色、耐寒”，“酒，天之美禄也。面曲之酒，少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴”。正因为如此，人们喝酒时总以祝寿为最好的祝

酒词。

● 元朝忽思慧在《饮膳正要》中对葡萄和葡萄酒的功效也作了介绍。

● 《饮膳服食谱》上记载：“葡萄酒运气行滞使百脉流畅”。

● 《古今图书集成》内记载：“葡萄酒肌醇治胃阴不足、纳食不佳、肌肤粗糙、容颜无华”。说明葡萄酒有消除疲劳、促进血液循环、增进食欲、帮助消化和美容的作用。



5. 葡萄酒解除“应激”

“应激”是心理学和生理学名词，是危害现代人类健康的祸根。也指任何可以扰乱机体功能的紧张因素和干扰因素。物理应激，如冷、热、噪声等可引起人体的各种生物学反应；心理应激，如挫折、剥夺、冲突等可引起心理防御反应。多数情况下两种类型的应激可同时存在。应激可导致人缺乏耐心，总感觉时间紧迫，拼命地参与竞争，心中只想



到职业以及有关的期限要求。有报告说，这种行为模式的人为冠心病高发人群。

人类应付应激的能力曾是心一身医学的重要课题。一个人能否成功地控制其应激情绪，对其心理和生理健康都有深刻影响。经常适量地饮酒，尤其是长期适量饮用葡萄酒，是解除应激的一种有效办法。饮酒能使与应激相对应生成的儿茶酚胺的生成量减少，从而从应激状态中释放出来。因应激是人体氧自由基增加的最大原因，所以通过适量饮酒抑制和解除应激，可

保持身心健康。

传统医学认为，酒有提神补气、舒筋活血功效。尤其是老年人精力衰竭时，适度饮酒能加速其血液循环，促进新陈代谢，增强消化力和免疫力，延年益寿。最新的科学研究认为，饮酒，尤其是饮用葡萄酒的重要保健效果在于解除应激。

在合理饮用范围内，葡萄酒能直接对周围神经系统发生作用，并对神经运动中枢起作用，给人以舒适、愉快的感觉。这一作用由于感觉反射，在饮用之前就已经开始了。

在各类饮料酒中，葡萄酒的颜色最为绚丽多彩，展示出红、石榴红、玫瑰红、宝石红、紫红、黄、淡黄、绿黄、金黄等不同颜色，使人赏心悦目。把葡萄酒倒入与之适应的雅致的酒杯中，散发出醇香、果香、花香、玫瑰香、麝香等香气。在饮用葡萄酒时，舌和口内的各种味觉细胞受到刺激使我们处于舒适、愉快的状态中。这些都可以平息焦虑的心情，从而有效地抑制或解除应激。

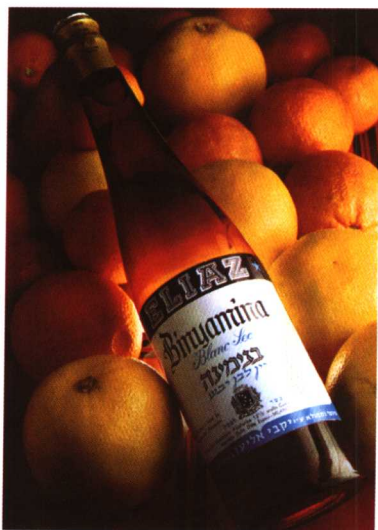
6. 葡萄酒抗衰老

氧是人类生存不能缺少的，但有时也会成为人类健康的大敌。人体每天都要经受来自外界和自身的有害物质的攻击，这些有害物质中对

人体最具破坏性的自由基是活性氧基团。

活性氧基团通常因贫血、应激、光、大气污染、药物、过饱、吸烟、放射线、过分激烈的运动等原因生成。人们的各种疾病约有90%起因于活性氧基团。心脏病、脑溢血、帕金森症、痛风、风湿病、白内障和其他视觉障碍、风湿性关节炎等老年人退化疾病，均为由于氧化损害的长期积累而导致的病症。

所幸的是，人体内具备了处理这些氧化损害的机制。但不借助于人们所吃的食物，就不能有效地防御自己。而老年人退化、疾病的增加，表明尽早连续、适度地从膳食中摄取抗氧化物的重要。



自科学家提出抗氧化物可使人长寿以来，他们的推断已被不断证实，以后又发现抗氧化物在试管内、体外和体内具有保护许多系统免受自身和外来自由基攻击的功能。

研究人员还发现，葡萄酒尤其是干红葡萄酒中的花色素苷和单宁等多酚类化合物具有活性氧消除功能。经测试，红葡萄酒在人体血液中的抗氧化能力，从喝下红葡萄酒后抗氧化活性就开始上升，90分钟后达到最大，抗氧化活性平均上升15%。

葡萄酒中许多成分能在人体内起到抗氧化物的作用。抗氧化物可