

历史上第一款
“速溶茶”是谁？

今天的
“超级速溶茶”又是谁？



PU'ER CHAGAO 普洱茶膏

一种被遗忘的养生文化

陈杰·著

云南出版集团公司
云南科技出版社

普洱茶膏是中国独有的养生文化，有上千年的制作历史。从茶膏的诞生伊始，它就成为皇家独享的养生御品，是中国古人发明的世界第一款“速溶茶”，也是中国古老而庞大的茶产业中的一朵奇葩。

本书是史上第一本关于普洱茶膏的专著。作者从唐宋茶膏的产生到清朝普洱茶膏的确立，依据掌握的史料和生物学的常识为我们梳理了一条清晰的普洱茶膏发展的历史过程。尤其难能可贵的是，作者站在生物学的角度为我们揭示了历史上的一个谜团：为什么历史上虽然有多种茶膏出现，却唯独只留下了普洱茶膏的原因。

作者以他特有的专业素养，尝试从微生物学、分子生物学、生物化学、营养学等角度，用深入浅出的语言，剖析古今普洱茶膏的制作工艺和科学价值。同时向我们揭示了一个不可争辩的事实：如果说普洱茶膏是中国古代的“速溶茶”的话，那么，在当今众多的“速溶茶”面前，现代普洱茶膏则是“超级速溶茶”。因为直到今天，无论是古代普洱茶膏（清朝宫廷的“压榨制膏”）还是现代普洱茶膏（低温萃取）都是其他茶叶深加工技术无法超越的。

《普洱》
《云南普洱茶春·夏·秋·冬》
《中国茶叶市场》
《云茶》

中国四大专业茶业媒体

联合推荐

www.ynkjph.com

ISBN 978-7-5416-3509-0



9 787541 635090 >

ISBN 978-7-5416-3509-0/S · 701

定价：18.00元

上架建议 茶叶·养生

PU'ER
CHAGAO

普洱茶膏

一种被遗忘的养生文化

陈杰·著

云南出版集团公司
云南科技出版社

·昆明·

图书在版编目 (C I P) 数据

普洱茶膏：一种被遗忘的养生文化/陈杰著. —昆明：
云南科技出版社，2009. 11

ISBN 978 - 7 - 5416 - 3509 - 0

I. 普… II. 陈… III. 茶叶—食物养生 IV. R247. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 206406 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码：650034)

昆明理工大学印务包装有限公司印刷 全国新华书店经销

开本：889mm × 1194mm 1/32 印张：5.75 字数：150 千字

2009 年 11 月第 1 版

2009 年 11 月第 1 次印刷

印数：1 ~ 10000 册

定价：18.00 元

凡是了解普洱茶的人都知道——

云南有世界上公认的最为年长的茶树(树龄为1800年)，同时，几百年，甚至上千年树龄的茶树也不罕见。

当我们站在一片古茶树林中，面对着一株具有上千年历史的古茶树，我们不知它最初如何生成——是我们古代先人的栽种？还是热带季风将一粒茶种吹落至此。

抬头仰观一株古茶树，不管这株茶树是几百年，还是上千年，其茂密的枝叶及肥硕的叶片，看不到孀嫖老者的半点身影，倒像一位阳刚十足的“壮汉”，常常是令我们惊诧不已。

这里隐藏了一个未解的秘密，即云南乔木大叶种茶树“长寿之谜”。

我们知道，任何一个地区，其植物不可能不受自然灾害的侵袭。以病虫害为例，它是定期暴发的，很多物种的灭绝和衰减都与它相关。但云南的乔木大叶种茶树，不管是野生的还是驯化的，却能存活上百年，甚至上千年，经得住如此之多，又如此之长的考验，至今仍显露出勃勃生机。

这个客观现实告诉我们，这些古茶树起码具备一种或多种我们未知的抗病虫害的“基因”，也是我们俗称的“长寿基因”。

我们尝试用多种检验方法试图破译它的“长寿之谜”，这中间也发现了一些物质，但仍感到证据不足。

我们至今还不知道它是什么——是一种？还是多种因素在起的作用？

但有一点是肯定的，就是它内含一种或多种我们人类尚不清楚的物质。我们坚信这些物质对人类的健康是有益的。

云南的先人将这种茶树的茶叶通过特殊的加工方式制成普洱

茶，其中也包括普洱茶膏。

普洱茶膏是采用特殊方式将乔木大叶种茶叶纤维物质与茶汁分离，又将获得的茶汁进行再加工，还原成更高一级的茶品。它分为大锅熬制、中药提取、低温萃取三种方法。

在这三种方法的比对中，我们试图选用一种最科学的方法将这种“长寿基因”保留，避免高温或过度的加工对它造成“损伤”。因此，采用低温萃取方法制成的“普洱茶膏”便成为最佳选择。

我们特别想实现这样一种愿望：当您手捧一杯普洱茶膏品饮，在您享受它的香气、汤色及特有口感之时，另一种更有价值的物质已经悄悄渗透到您的肌体，将自然界的一种“能量”嵌入您的基因，并积极配合您抵御来自现代社会各种工业的，尤其是化学污染物与病菌对您的侵袭，增强您的抗体，延缓您的衰老。

——作者手札

目 录

引 言 初识普洱茶膏	1
第一章 古代普洱茶膏探秘	9
一、发现茶膏：中国唐代初现的茶膏雏形	10
二、宋代：茶膏的形成	18
三、普洱茶膏正式定名是在清代	27
第二章 为什么是“普洱茶膏”？	37
一、普洱茶的“四奇”	38
二、唯有普洱茶有制成“茶膏”的基础	100
第三章 古代普洱茶膏制作的两种方法	103
一、云南土司发明的“大锅熬膏法”	103
二、清朝皇宫的“压榨制膏法”	105
三、教你如何熬茶膏（以1千克干茶为例）	109
第四章 古代普洱茶膏的用途	112
一、超贵族的身份——“皇权”的象征	114
二、“国礼”——体现泱泱大国的顶级茶品	115
三、纳入中药体系——凸显中国的养生文化	117
第五章 现代普洱茶膏的制作方法	119
一、大锅熬膏——云南传统工艺的延续	120
二、中药提取加喷雾干燥——对大锅熬膏的改进	121
三、低温萃取制膏——运用现代生物科技对清代宫廷茶膏的模拟	129

第六章 现代普洱茶膏的特性	134
一、安全性	134
二、营养性	136
三、方便性	138
第七章 普洱茶膏的陈化机理	140
一、普洱茶膏陈化的“路径”	141
二、普洱茶膏香气的生成“路径”	144
三、普洱茶膏陈化的环境要求	146
第八章 普洱茶膏的品饮价值	148
一、一般食品与保健（功能）食品、药品的区别	149
二、普洱茶膏的品饮价值——物质基础	150
三、普洱茶膏的品饮价值——养生的功能	153
第九章 普洱茶膏的几种饮用方法	160
一、普洱茶膏纯饮的方法	162
二、普洱茶膏调饮的方法	163
三、亲手调制一杯好“茶膏”	164
第十章 普洱茶膏的鉴别	166
一、企业生产资质、许可手续规范的鉴别	166
二、产品标签规范的鉴别	168
三、感官审评的鉴别	169
四、权威部门的定期检测的鉴别	171
第十一章 普洱茶膏的欣赏	173
一、普洱茶膏的“三绝”	173
二、普洱茶膏的“三杰”	175
三、“七十二先生”普洱茶膏	177
后 记	178

引言 初识普洱茶膏

2007年7月初的一天下午，北京故宫博物院。

这天，一场阴雨一直淅淅沥沥地下着，使燥热的北京一下沉静了不少。此时的故宫博物院正赶上世纪大修，很多大殿都被沙网遮掩，没被遮盖住深红色的墙面也在雨水的浸透下显得格外斑驳破落。

这时，几个外国人在导游小姐的引领下，匆匆穿过故宫博物院的入口处。他们不像是第一次踏入故宫博物院的普通游客，也没有走正规的旅游路线，而是沿着边门径直向珍宝馆走去。这几个人除了导游小姐外，一位是美国迈阿密微生物研究所的哈里森博士，一位是印度著名茶学专家拉尔教授，还有一位是日本著名的茶叶化学专家川奇步岛。他们显然不是来游览故宫的，而是要在故宫的珍宝馆里寻找一种“宝物”。

珍宝馆位于故宫博物院东部，位置是皇极殿西庑，与养心殿、乐寿堂和颐和轩同在一个院子里。珍宝馆里有一个特别的展览模式，所有的展柜里只展出一件珍宝，而且展柜都是四面玻璃的，游客可以从四面仔细观看珍宝的全貌。如定陵出土的明代孝端皇后的凤冠、金天球仪、珊瑚狮子、鸽子蛋大小的珍珠、巨大的象牙和象牙编成的席子等440多件文物，其中有221件文物是新

展出过的。这些文物可谓个个都是奇珍异宝，件件价值连城。

终于，导游小姐在一个玻璃柜前停下，她侧了一下身，将最佳的观赏位置留给她身旁的几个专家，然后用地道的英语轻声地说道：“这就是我们中国古时候制作的普洱茶膏。”

几个外国人立刻将玻璃柜围拢起来，他们俯下身，细细地观赏玻璃柜里展出的那个导游小姐称之的“普洱茶膏”。

放置在玻璃柜里的“普洱茶膏”是由锦缎匣盛装的，其翻开的锦缎匣盖上有木刻印刷的文字，上面写着：“普洱茶膏能治百病，如腹胀受寒，用姜汤发散，出汗即愈；口破喉颡，受热疼痛，用五分噙口过夜即愈；受暑擦破皮血者，研敷立愈”。

锦缎匣里盛装的“普洱茶膏”是一个个的带有图案的正方形小茶块，一层为28个，每层有一个纸制的硬隔板，共4层，共约112块，每块约4克，共计450克。

几个外国人在观赏后，立即拿出各自的照相机，咔嚓咔嚓一顿照相，阴暗老旧的小屋顿时犹如白昼。

稍许，他们拍照完之后，美国的哈里森博士问导游小姐：“您能告诉我那上面讲得是什么吗。”他用手指了一下锦缎匣盖上的木刻印刷文字。

“这段文字是引自中国清朝时期一个著名药学家赵学敏的话。”导游小姐回答道。“他曾写过一本很著名的药学著作，名为《本草纲目拾遗》，在这本书里，他将普洱茶纳入中国的中药体系中，并对普洱茶中的一个特殊品种普洱茶膏进行了论述。这段文字主要描述普洱茶膏的功效。他认为普洱茶膏能治愈很多种疾病，其中，如胃肠不适，胀肚、受寒等可用茶膏加姜汤饮用，出汗就可痊愈；如口腔出现溃烂，可用很少一点茶膏含在嘴里，一夜就可痊愈；如果是出现一些外伤，如擦破皮肉等，可将茶膏研成粉敷在伤口上也可起到止血与消炎作用，可以达到与龙丹子

（紫药水）同样的治愈效果。”

“这么神奇？”哈里森博士语气里透着一丝怀疑。“那么请问，它是茶还是药呢？”

“严格意义上讲，它是茶。但在中国，自古形成的中药理论中，有药食同源的说法，也就是中医理论认为，很多可食用的植物本身就含有一种或多种药用成分，何况，最早中国人对茶叶就是把它当作药物食用的。”

“哦。”哈里森博士微微点了点头。虽然导游小姐的解释没能让他全部理解，但他还是对导游小姐的这番解释给予了肯定。他接着问道：“我还有一个问题，这个茶膏是什么时间制作的？”

导游小姐回答：“大约是光绪年间。”看到那几个外国人一脸的茫然，导游小姐一下意识到他们不知道中国古代的纪年方式，于是补充道：“大约是19世纪80、90年代，距今至少100年以上。”

“哦？”几个外国人同时表现出一种惊讶。这如果不是在故宫博物院里，对这种说法，他们无论如何都不会相信的。于是，他们再一次将玻璃柜围拢起来，更仔细地观察展柜里的“普洱茶膏”。他们首先观察展柜里的茶膏是否出现霉变或是碳化，但观察的结果：除了茶膏表面出现的灰暗色——长时间裸露在空气中因氧化而使茶膏的表面出现的轻微的碳化外，没有发现深度碳化与霉变现象，特别是对一块已开裂的茶膏观察，其开裂的断面仍是乌黑油亮的，证明了这些茶膏在历经100年之后，仍没有出现霉变与重度碳化。换句话说，仍然没有变质。

印度的拉尔教授仍是一脸的迷惑，他问导游小姐：“这个东西是19世纪发明的？”

导游小姐回答：“不，比这还早，大约有上千年的历史。”

“上千年的历史？”几个外国人又一次露出吃惊的表情。

拉尔教授继续问道：“除了您刚才提到的它能治病外，正常的情况下，它能喝吗？”导游小姐依旧微笑着回答：“当然可以。像饮茶一样，随时都可以冲泡饮用，因为它也是茶的一种……说得确切一点，它应当算是我们中国古代的奇茶吧。”

“这个……”拉尔教授似乎仍然没有理解，“您能告诉我，普洱茶膏和其他茶的区别吗？”

导游小姐回答道：“普洱茶膏是将普洱茶中营养物质及其一些药用成分用一种特殊的方法汲取出来，制成膏体的形状，使它脱离了茶叶原有的外观形态。这种方法不仅起到将茶叶的营养物质浓缩，还带来饮用过程的便捷。因此，它是茶，但又与其他茶不同，所以我们也称它为奇茶。”

“麻烦您能告诉我，它应当怎么喝吗？”一直没有说话的日本川奇步岛问道。

“同其他茶的冲泡方法一样，将茶膏掰成小块，放到泡茶的器皿里，然后用开水冲泡，茶膏便快速地溶解，就可饮用了。”

“它的投茶量是多少？”

“大约是1克茶膏可冲泡500毫升的水。”

“那么，它有茶渣吗？”

“没有。”

“哦，这倒像是现代的速溶茶粉？”

“是的，它本身就是世界上第一款速溶茶。”

“是吗？”川奇步岛来了兴致，“不过，速溶茶粉的保质期可很难超过24个月，因为超过24个月，茶粉会出现变质的。”

“是的。”导游小姐仍然保留她特有的微笑，“因为普洱茶膏与现代的速溶茶粉加工方式有很大的差别，到目前为止，速溶茶粉的加工方式就其科学性而言，仍然不能与普洱茶膏相提并

论，如果拿普洱茶膏与现代的速溶茶相比，普洱茶膏应当属于超级速溶茶。”

“哦，是吗？”川奇步岛有点吃惊，但仍然非常有礼貌地点了点头。

“我还有一个问题。”拉尔教授说：“既然普洱茶膏有这么大的名气，又是在故宫里展出的唯一茶品。可为什么很少有人知道？这方面的资料也很少呢？这和它拥有的名气不太相符啊。”

导游小姐回答：“您说得很对。确实，知道普洱茶膏的人极少。这方面的资料也是少之又少。这里有一个特殊情况，普洱茶膏与其他茶不同，它一面世就作为贡品出现。在中国古代，贡品是皇帝专属的特权，非平民百姓及一般官员所能知晓。特别是皇宫采办的贡品，都属于保密度极高的事情。普洱茶膏就属于这一种，它不仅是皇帝的专属茶品，也是一种皇权的象征。有一点，我还没来得及介绍，普洱茶膏除了这些之外，还有一个特殊身份，就是充当了近200年的国礼。中国清朝乾隆年间，也就是1792年（乾隆五十七年），普洱茶膏首次作为国家礼品向到访的英国使团马嘎尔尼馈赠。实际上从那时开始，普洱茶膏就已经流向海外。”

“是吗？”又是一番惊诧。显然，导游小姐的此番说法他们还是第一次听到。稍许，日本的川奇步岛说道：“我可不可以这样理解：普洱茶膏是浓缩了普洱茶的精华并能对人体的某些疾病产生治疗作用的奇茶，由于它采用特殊工艺能将保质期推至上百年而不产生霉变。”

“谢谢您的归纳。”导游小姐微笑地点了一下头，“因为我不是学茶叶专业的，对茶叶、包括普洱茶膏只是一些简单了解，有些解释可能不是很专业，对您的归纳也不能给出专业的评价。”

“不过，您的解答已经很专业。”美国的哈里森博士再一次开口说话。他的语气中带有一种特殊的诚恳。“我们知道，要想解答普洱茶膏深层次的疑问，是一件很不容易的事情。它不仅需要专业知识，一定的经验积累，还有对古人制茶智慧的了解与剖析。毕竟，能够摆在故宫里的东西一定不是一件普通的作品，何况它又是中国古代皇帝专属的贡品，是凝聚中国先人智慧的奇品。”他停顿了一下，又继续说道：“当然，我这样说，并不意味着我对它盲目的认可。其实，我依然有很多的疑问。”

“可以呀，如果方便的话，您可以把这些问题提给我，我会努力找一些专家尽量解答您的疑问。”导游小姐回答。

“我的问题是：

第一，它是怎么来的，是偶发的灵感？还是经历了一个漫长的历史演变逐渐成熟的？它的初衷是什么？演变的主线是什么？

第二，为什么是普洱茶膏？而不是别的什么茶膏？因为毕竟中国的名茶很多，单单就是普洱茶膏呢？

第三，是什么样的制作工艺能使普洱茶膏的保质期推延到100年以上而不变质？这种制作工艺的合理性与先进性是什么？

第四，保质期的延长除了不使产品出现变质以外，还有什么特殊的意义？毕竟它不是在真空状态下，一切是静止的。它仍然不能脱离化学的范畴，其分子的转化与还原是每时每刻都在发生。它的生物学意义是什么？是提高品质？还是逐渐降低品质？

第五，虽然我们对普洱茶膏能治百病这一提法持保留意见，但不排除它对某些病症会产生治疗作用，但是，除了对传统的经验总结之外，更重要的是：它的药用成分是什么？药用机理又在哪儿？”

哈里森博士说到这里，终于停了下来。他向导游小姐投去一个很有礼貌的微笑，表情里隐含着一种羞涩，这是很多学者固有

的神情，谦逊而又执着。“可能我的问题多了一点，请包涵。”

导游小姐同样以一种特有微笑，礼貌地向哈里森博士点了点头。她知道，要想解答哈里森博士这几个问题并非易事。

我们应当感谢这位导游小姐。她是故宫博物院少有的极具专业水准的导游之一。她本身热爱茶，对茶叶及云南的普洱茶，包括后来经常带客人参观的普洱茶膏，都有很专业的研究与解说。虽然她还不能回答参观者所有的疑问。但每一次客人的提问都促使她再学习、再请教、再研究。她的解说无疑一次比一次精确而且专业。更重要的一条是，自2004年始，伴随着普洱茶“趋热”的形势，普洱茶膏也被当成神秘的物品被一些所谓的“专家”肆意神化，其说辞严重背离了历史的真实。我们这位导游小姐没有被社会的“奇谈怪论”所污染，做到这一点其实并不容易。

当我们同样站在故宫的普洱茶膏的展柜前，面对这些历经上百年而流传下来的“贡品”，不可能不感受到一种“神奇”。但“神奇”不是缥缈的，更不是可用虚幻的故事编纂出来的。“神奇”是一种智慧，而智慧又一定隐含着科学性，因为只有科学的东西才能延续下来。

普洱茶膏隐含着中国茶人的智慧，从古至今，它不是孤立的发展，而是与中国特有的养生文化结缘的硕果，是经历漫长的历史演变一次次科学地“修正”而最终形成的茶中珍品。

普洱茶膏先后经历了四次重大变革，即我们俗称的四个阶段：

第一阶段：中国唐代与宋代。是茶膏从雏形走向基本成型的时期。

第二阶段：中国清朝的雍正时期。云南土司借鉴中国中医药“熬膏”方法，采用“大锅熬膏”工艺制成土制普洱茶膏；也是普洱茶膏的初级阶段。

第三阶段：中国清朝的乾隆时期，清朝皇宫御茶房采用“压榨制膏”工艺取代云南土司“大锅熬膏”法。自此，普洱茶膏正式定名。习惯上也称宫廷普洱茶膏，或御制普洱茶膏。其制膏工艺超越中医药高温“熬膏”的局限，更趋于科学性与合理性。

第四阶段：2005年，采用现代生物科技对清朝皇宫的“压榨制膏”工艺进行破译与复原，其“低温萃取”工艺使普洱茶膏的品质又上升到一个新的高度。其品种与质量都远远超过其他工艺的制膏水平，代表现代普洱茶膏的主流。

也许，那位导游小姐的观点是正确的：如果说普洱茶膏是18世纪的“速溶茶”的话，那么现代，面对众多的高科技技术生产的现代“速溶茶”，普洱茶膏又可上升为“超级速溶茶”。

因为直到今天，普洱茶膏——无论是清朝宫廷的“压榨制膏”或现代的“低温萃取”都是其他茶叶深加工无法超越的。

第一章 古代普洱茶膏探秘

在中国的茶叶发展史上，有一个奇特的现象往往被茶学专家们所忽视。那就是古代的茶人，或者说极少数的“能工巧匠”一直在不间断地做着一种尝试——将茶叶的纤维物质与茶汁分离，并将获得的茶汁进行再加工，还原成更高一级可饮用的超级茶产品。也许，这种实践由于涉及面极少，不是茶叶发展的主流，没有纳入茶学专家的视野。但它后来却逐渐演变成高端茶叶的一条分支。

这是一条非常了不起的分支，也可说是一条“高贵”的分支。因为沿着这条线走出来的茶品，都被冠以“贡品”的头衔，游荡于皇宫之内，成为历代皇室的“奢侈品”，历经千年而不衰。

普洱茶膏就是沿着这条分支逐渐浮上水面的。到了清朝，它又成了这条分支的主流，或者说唯一的茶品，独自开辟二百年的风光历史。

当然，让我们回到理性的观察中，站在历史的角度，你会发现，普洱茶膏不是某个时期、某一个人的偶然发现，而是有一个