

Cha lin
茶 臨
Dian An
點 安

Shi
食
Dan
單

临安市贸易局

臨安茶點

何楓題



全國政協文史委員會副主任
中國國際茶文化研究會會長
原中共浙江省委副書記
原浙江省政協主席

题词：刘枫

总监：许兴旺

总策划：王旭烽

策划：许爱惜

文字：温晓菊、巫九龙

图片摄影：许卫平、楼中宏、陈岩炉

组织实施：吴天祥、魏勤、帅乐芳

责任编辑：潘城

封面版式设计：陈岩炉 潘城



2008 中国（临安）森林生态资源博览会
第二届中国名茶点评选展示会

目 录

C O N T E N T

一、 中国茶食小史 001

二、 临安茶点概况 013

(附 临安茶点分布图)

三、 临安茶点食单之四季系列 022

春花篇 023

夏凉篇 027

秋润篇 031

冬暖篇 035

四、 临安茶点食单之中国茶礼系列 040

佛家茶礼篇 041

儒家茶礼篇 045

道家茶礼篇 056

五、 临安茶点食单之中国茶谣系列 063

七家茶篇	064
喜茶篇	066
施茶篇	068
会茶篇	070
讲茶篇	074
祝茶篇	076

六、 吃茶点有道 078

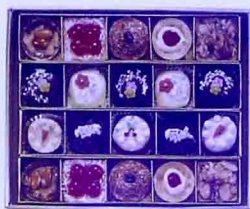
因时而异的吃	080
因地而异的吃	086
因人而异的吃	091
因景而异的吃	093

七、 临安茶点营养成分一览表 096

后记 102

中国茶食小史

王旭烽



中 国人提及食物，往往是名正言顺地称之为“饮食”。所谓饮食，就是即有饮又有食，在茶事上亦是如此。清茶一杯，配以点心瓜果，这才称得上是品茶。因此，茶食在人们的茶事活动中，从来就占有重要一席之地。

所谓茶食，听来简单，可以定义为有关茶的食品，但细细究来，竟然也是头绪繁多，需要梳理廓清的。在中国人的心目中，茶食往往是一个泛指的名称，即可以指用茶本身来做成的食品，又可以指品茶时专门佐茶的食品。



一、以茶本身介入制成的食品

以茶介入做成的食品，又可分成两大块，一块是茶菜，一块是茶主食。

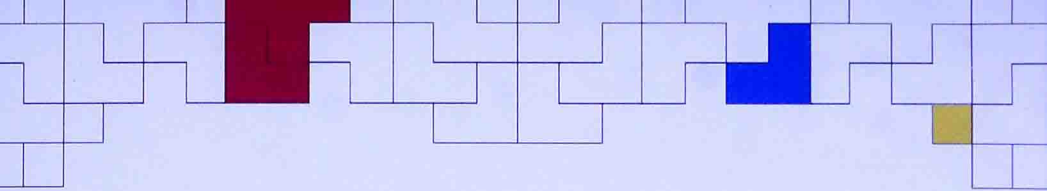
茶菜，比如云南基诺族的凉拌生茶叶，就是最原始简单的吃茶法。把鲜茶叶摘下，配以大蒜，辣椒，盐，生姜等，凉拌一下，就当正餐时的茶食用了。基诺族因此被称之为茶文化的“活化石”。云南少数民族赶集的时候还有如此一景，就是挑着水淋淋的腌茶到市场上去卖，和腌白菜，腌萝卜一个道理。

把茶叶配上别的菜，也可以构成茶菜，春秋时期的茶，就已经作为一种象征美德的食物被食用了。《晏子春秋·内篇·杂下》记载：“婴相齐景公时，食脱粟之饭，炙三弋，五卵，茗菜而已。”这是说晏婴任国相时，力行节俭，吃的是糙米饭，除了三五样荤菜以外，只有“茗菜”而已。茗菜，在此处可以被解释为以茶为原料制作的菜。

今天的茶菜，已经构成了茶宴，比如茶汁鱼片、茶叶腰花、茶粉蒸肉、茶煎牛排、牛肉茶汤等，不过，最著名的还是杭帮菜中的龙井虾仁。

龙井虾仁算得上是茶肴中的阳春白雪了。杭州楼外楼的龙井虾仁是用鲜茶叶炒的，从春到秋，每天都有茶农送茶叶至楼外楼，二至四斤不等，入冬才另用炒茶。想象青花菜盘，玉白虾仁，碧绿茶叶，这是何等享受。又想那阳春三月，莺飞草长，楼外楼放一游船于湖上，船上佳肴美酒，伴有香茗，真可谓天上人间之一大美事矣。

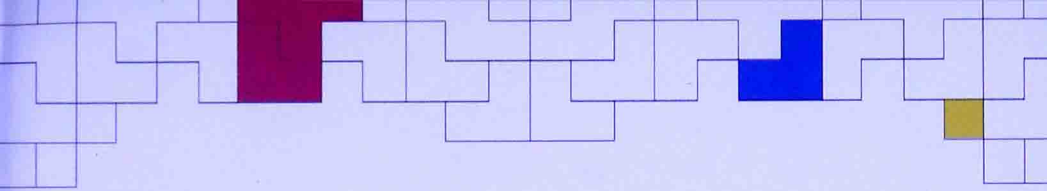
今天的大江南北，长城内外，有不少美食餐馆，设计制作了许多的茶菜，它们色、香、味俱全，把中国菜肴的精气神完整地体现出来，也是茶文化的一道亮丽的风景线。



说到以茶为主食，三国时就出现了茶粥。三国时张揖著《广雅》，其文曰：“荆巴间采叶作饼，叶老者，饼成以米膏出之。欲煮茗饮，先炙令赤色，捣末置瓷器中，以汤浇覆之，用葱、姜、桔子芼之。”芼茶即茶粥，源于荆巴之间，制作方法是将茶末置于容器中，以汤浇覆，再用葱姜杂和为芼羹。

从张揖的记载中，我们可以得知，当时的荆巴间，人们将茶与别的食物掺杂在一起食用。管中窥豹，从《广雅》中这40多字，可以了解到西汉初到三国400多年间茶事的扩展与变迁。





关于羹饮，还有一则故事可以佐证。西晋时的大文学家傅咸（239-194）曾在一个文件中说：“闻南市有蜀姬作茶粥卖，为廉事打破其器具。后又卖饼于市，而禁茶粥以蜀姥，何哉！说的是西晋时的大文学家司隶校尉傅咸在教示中说：“我听说南市有个四川老妇作茶粥出卖，被警官打破了她的器具，后来她又在集市上卖饼，为什么要作难四川老妇，禁止她卖茶粥呢！”

这个故事说的是西晋时代的茶事，可见那时候市场上已经在卖茶粥了。

西藏的酥油茶，内蒙的奶茶等，实际上都不是作为饮料，而是作为藏族蒙族同胞的主食来食用的。

今天的茶粥，茶饭，在亚洲国家，都常常有人食用，甚至有人创制了茶饺子，茶面条，这些都可以称之为茶食中的食品。

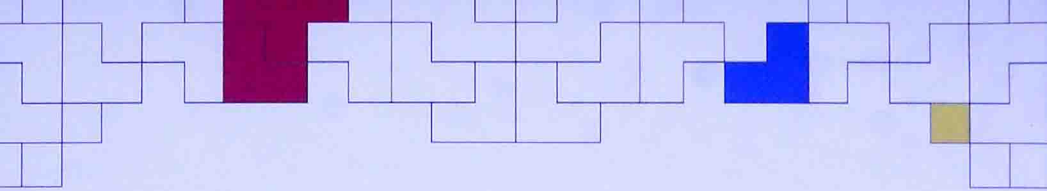
二、品茶时专门用来佐茶的食品

品茶时专门用来佐茶的食品可以分成两大类，一类是品茶时佐用的瓜果，一类是饮茶时用的点心。

饮茶佐以果瓜，历史也很悠久了。

《晋中兴书》记载：“陆纳为吴兴太守，时卫将军谢安常欲诣纳，纳兄子倅怪纳，无所备，不敢问之，乃私蓄十数人饌。安既至，所设唯茶果而已。倅遂陈盛饌珍羞必具，及安去，纳杖倅四十，云：‘汝既不能光益叔父，柰何秽吾素业？’”

这里说的是晋人陆纳，曾任吴兴太守，累迁尚书令，有“恪勤贞固，始终勿渝”，的口碑，是一个以俭德著称的君子。有一次，卫将军谢安要去拜访陆纳，陆纳的侄子陆倅对叔父招待之品仅仅为茶果而不满，自作主张，暗暗备下丰盛的菜肴。待谢安来了，陆倅便献上

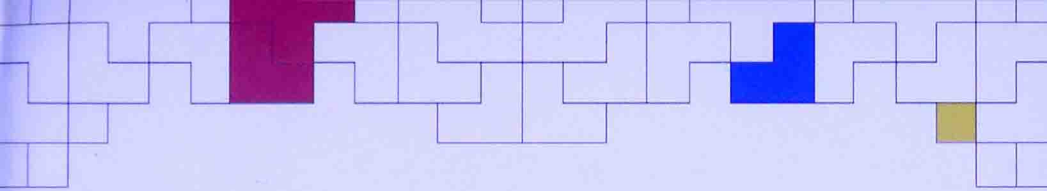


了这桌丰筵。客人走后，陆纳愤责陆倕：“汝既不能光益叔父，奈何秽吾素业”，打了侄子四十大板，狠狠教训了他一顿。茶文化史上一直以此例作为陆纳性廉的象征。茶与之相配的瓜果，在这里不但是内容，也是形式，是传递俭廉精神的重要载体。

同时期还有一个武人桓温，史书说他也曾是个性俭之人，《晋书》记载说：“桓温为扬州牧，性俭，每燕饮，唯下七奠，拌茶果而已。”说的是扬州太守桓温性情俭朴，每次宴饮客人，只设七个盘子的茶食。

南齐永明十一年(493年)农历7月，南齐世祖武皇帝萧赜崩，庙号世祖。身前萧赜遗诏说：“灵床上慎勿以牲为祭，但设饼果、茶饮、干饭、酒脯而已”。与其说这是皇帝的节俭，不如说是奉行佛教的皇帝认为，茶是高洁的饮料，配得上他死后享用。所以特别要嘱咐灵床上不能少了茶饮，但是同时配享的则必须要有饼果，可见瓜果在祭祀中算是非常高贵的茶食。





茶食中目前最为流行的就是茶点。

茶点，是指佐茶的点心、小吃。茶点精细美观，口味多样，形小、量少、质优，品种丰富，是佐茶食品的主体。茶点比一般点心小巧玲珑，口味更美，更丰富，制作也更精细。

喝茶要备上点心，这似乎已成为习惯。反之如果诱人的点心摆在眼前的话，你也会想沏上一壶浓茶。

茶点历史悠久。唐宋以降，茶点越来越丰富，宋代径山禅寺蔚为江南禅林，径山寺饮茶之风颇盛，常以本寺所产名茶待客，久而久之，便形成一套以茶待客的礼仪，后人称之为“茶宴”。日本禅师慕名而来。南宋末期（1259年）日本南浦昭明禅师抵中国浙江余杭径山寺取经，学习该寺院的茶宴程式，将中国茶道内涵引进日本，成为中国茶道在日本的最早传播者之一。日本《类聚名物考》对此有明确记载：“茶道之起，在正元中筑前崇福寺开山南浦昭明由宋传入。”日本《本朝高僧传》记载：南浦昭明由宋归国，把茶台子、茶道具一式带到崇福寺。

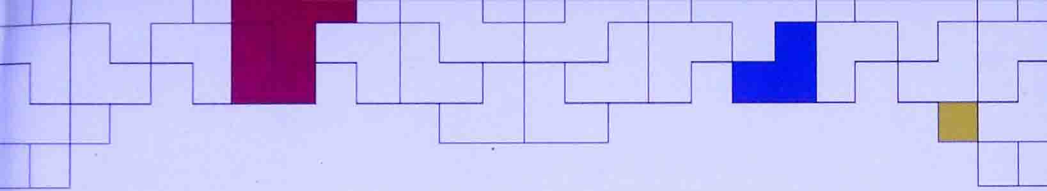
径山“茶宴”与日本“茶道”有直接关系，至今日本茶人尚把从径山寺传过去的宋代黑釉盏称为“天目碗”，尊为茶道的至宝。而由径山茶宴发展而成的日本茶道中的茶点，也成为日本文化精神中的重要载体。

随着茶叶的交易，茶点也深入到边疆民族的日常生活中。金人在人生重大的婚姻典礼中，都以摆上茶点为正规。而所谓茶点，即炸麻花之类的大软脂、小软脂的食物，次进一盘蜜糕。只有待整个宴会结束，对待来参加婚礼的上客，才端上“建茗”。茶叶成了只有富者才能啜之的饮料，而粗者只能喝乳酪。

中国茶点发展到近现代，当以名满天下的广东早茶为标志。每逢周末或假日，广东人便扶老携幼，或约上三五知己，齐聚茶楼“叹早茶”。“叹”在广东话中是享受的意思，由此可见，喝早茶在广东人的心目中是一种愉快的消遣，在这个层面上来说与其他娱乐活动并无二致。

广东早茶的来源，要追溯到咸丰同治年间。当时广州有一种名为“一厘馆”的馆子，门口挂着写有“茶话”二字的木牌，供应茶水糕点，设施简陋，仅以几把木桌木凳迎客，聊供路人歇脚谈话。后来出现了茶居，规模渐大，变成茶楼，此后广东人上茶楼喝早茶蔚然成风。直到今天，广东早茶中茶水已经成为配角，茶点却愈发精致多样，这种传统文化随着广东经济的迅速发展不但没有消失的迹象，反而越来越成为广东人休闲生活中一道亮丽的风景线。





既名为“早茶”，茶水便自然是广东早茶中不可缺少的一部分。早茶的茶水以红茶为主，取其暖胃去腻，利于消化。常见的有乌龙茶、铁观音、普洱茶，有的人也喜欢喝菊普茶，即在普洱茶中加入菊花，取其清凉祛火。红茶色深红，汤浓稠，味苦涩，虽在视觉和味觉上都不如绿茶，却与广东早茶中味道浓郁的茶点恰是绝佳配搭。

而茶点在广东早茶中的地位就更为重要了。茶点分为干湿两种，干点有饺子、粉果、包子、酥点等，湿点则有粥类、肉类、龟苓膏、豆腐花等。其中又以干点做得最为精致，卖相甚佳。如每家茶楼必制的招牌虾饺，以半透明的水晶饺皮包裹两三只鲜嫩虾仁，举箸之前已可略略窥见晶莹中透出一一点微红，待入口以后轻轻一咬，水晶饺皮特有的柔韧与虾仁天然的甜脆糅合出鲜美的口感，教人回味无穷。又如某些高级茶楼特制的燕窝酥皮蛋挞，几层金黄酥脆的蛋挞壳内盛着嫩黄色、丝丝通透的燕窝，甫见之下已叫人食欲大动，更不用说入口以后燕窝的甜蜜柔软与酥皮的粉香酥脆完美结合，美味得让人欲罢不能。而各色粥点，如及第粥、皮蛋瘦肉粥、生滚鱼片粥等，皆以绵软顺滑的粥底，配上不同肉鱼蛋类，再以香脆虾片、青嫩葱花佐之，撒上一小勺胡椒粉，喝来绵糯爽甜，鲜味浓郁。

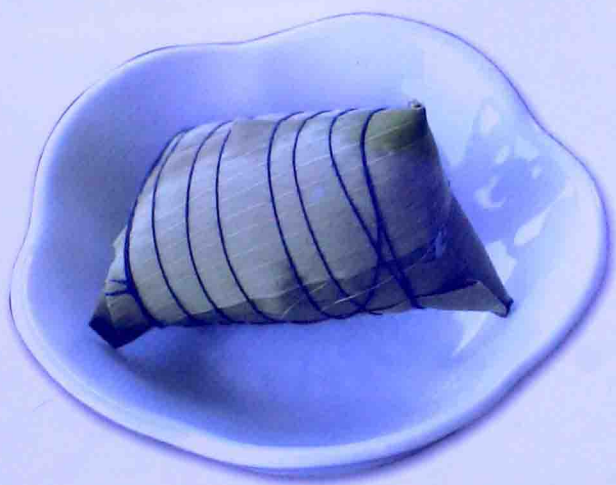
放眼世界，中国之外的茶点除日本茶点之外，当集中表现在英国茶俗下午茶的茶点上了，喝茶的时刻乃是用完一天的正餐之后才开始的。十七世纪中叶，英国正餐的时间大概在早上11点到中午12点左右开始，通常要花上大约3至4个小时之久。用完之后人们喜欢继续待在餐桌边，抽烟，聊天，喝水果酒，啤

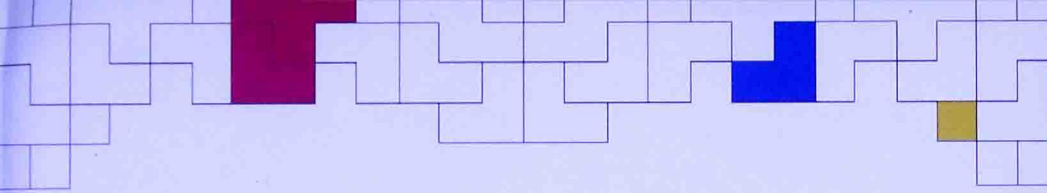
酒，白兰地或是葡萄酒。女士们则希望退到私室或起居室中，聊天，做针线活。

从十九世纪一直到现在，一天中最重要的喝茶时间，指的是午餐及晚餐之间的下午茶。

十八世纪初叶，晚餐大概在晚上7点至8点半，一个长长的下午，如果没有点心的话，每个人的肚子是会受不了的。安娜·玛丽亚（Anna Maria）也就是贝德福公爵夫人，兴起一个念头，要她的婢女每天下午5点时，把所有的茶具在她的起居室，把它们准备好，好让她可以享受一杯茶以及一两片面包加奶油。并且这位伯爵夫人开始邀请她的朋友们在她的起居室，加入她的下午茶会。一种崭新的社交方式就此诞生。

通常妇女们的举止都比她们的男人还要优雅。男士们把烟抽够，酒喝完，吵人的谈话告一段落，便移驾至女士们的茶会。有时候他们会在一起玩牌，或音乐演奏，一直到最后，再吃完一份简餐后，才会和主人告别。





一旦这样的趋势流行起来，英国上流社会立刻开始追随这种时尚，在任何一种场合中举办茶宴——可以给10至20个人的小团体享用的大型会客室，较亲密的朋友也可以在花园里喝茶，在家里享用的茶，甚至可以接待200个人的茶会，也有网球茶，槌球茶，野餐茶等等，不一而足。中产阶级也开始模仿有钱的人，因为他们发现请朋友喝茶并不需要花费太多的金钱。只要几壶茶，加上一些专门在喝茶时吃的小小的无硬皮三明治，热奶油土司以及司控，小油酥，和一两块蛋糕，就可以宾主畅欢了。

在家中泡茶通常是女主人的责任（除非是独居男士），有时候家中的长女也会一起帮忙把茶端出来去服侍客人。通常喝茶的时候所吃的点心，大多是一小片面包和奶油，现在的点心则不但精致更发展得琳琅满目，有面包，土司，松饼，茶叶蛋糕，煎饼，以及其它类似面包类的点心，这些在正统的喝茶礼仪中，更是不可或缺的构成。

这样的传统在英国一直延续到如今，下午茶仍然是招待邻居，朋友，甚至是商场朋友最理想的方式。英国人350年来所喝的下午茶，至今仍不断的制造出相同的优雅，精致，安静的气氛，让人爱不释手。

当今，一系列以茶叶为原料的食品，正如雨后春笋般不断涌现。

作为茶叶故乡的中国，各种茶食品种类繁多，目前市场上常见的既有茶饮料、茶糖果、茶饼干和茶菜肴等。比如茶饮品，一种似茶饮汤质类的点心小吃，大多滑软细腻，咸甜鲜香，味美适口，最宜作早餐食用，也可作餐间点心和休闲小吃。比如自制果茶，所

谓的果茶，是指将某些水果和瓜果与茶一起制成的饮料。果茶一般具有良好的口感，并具有某些有益于身体的功效。比如茶制食品，那就更多的举不胜举。

今天的食品结构已发生很大变化，消费者已意识到摄取过多的热量和人工合成添加剂，会给身体带来许多弊病，所以很多的食品生产部门都在适应时代的潮流，向低热量、高营养、新型多样和保健化、方便化的方向发展，特别是提倡“回到大自然中去”，一些无人工合成添加剂的天然食品和带有滋补、疗效作用的食物应运而生。茶食，正是这样的绿色食物。

近些年来全国许多茶叶专家、食物专家、医药专家都在研究开发茶叶的多种用途，研制了许多茶叶食物新产品。可以断言，茶食作为一种天然保健食品，必将在人类林林总总的食物大世界占有一席之地。

象热爱品茶一样的热爱茶食吧，只要茶与茶食形影相随，茶食与人类，必将同样形影相随……

