

实用的乌龙茶选茶、鉴茶技巧
优美的乌龙茶泡茶、茶艺精粹

丰富的乌龙茶茶具选购与使用方法
轻松上手的乌龙茶品鉴技巧
新手必备的泡茶、茶艺指导书！



我爱喝乌龙茶

沈嘉编著

鉴赏·冲泡·茶艺



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

我爱喝乌龙茶：鉴赏·冲泡·茶艺 / 沈嘉编著. —北京：电子工业出版社，2012.9
ISBN 978-7-121-17844-3

I. ①我… II. ①沈… III. ①乌龙茶—基本知识 IV. ①TS272.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第183984号

策划编辑：白 兰

责任编辑：鄂卫华

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编100036

开 本：889×1194 1/24

印张：5 字数：120千字

印 次：2012年9月第1次印刷

定 价：25.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

我爱喝乌龙茶

沈嘉编著

鉴赏·冲泡·茶艺



电子工业

Publishing House of Electronics Industry

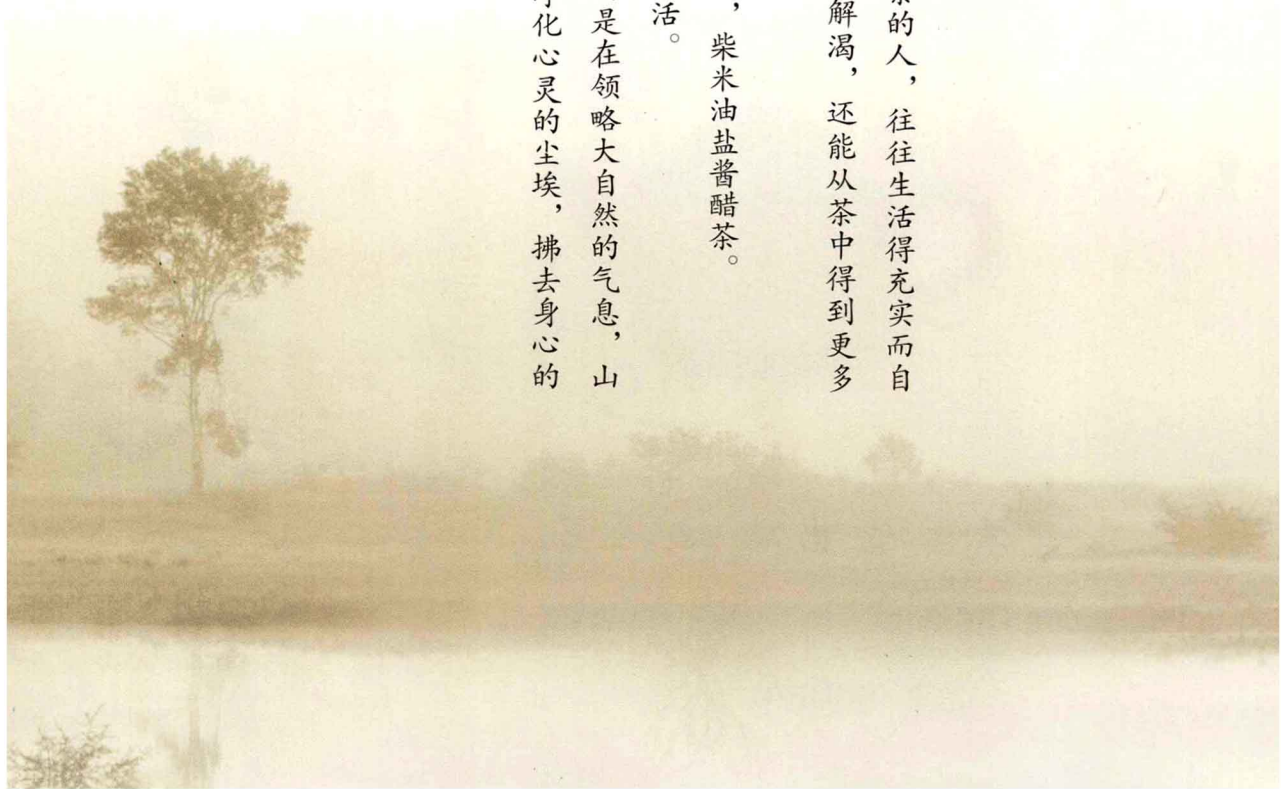
北京·BEIJING

我们经常看到喝茶而又懂茶的人，往往生活得充实而自信。有的人喝茶不仅仅是饮茶解渴，还能从茶中得到更多体悟。

人们每日生活的开门七件事，柴米油盐酱醋茶。

喝茶即是体验生活，学会生活。

品茶品的不再是『茶』，而是在领略大自然的气息，山川、河流、雨露的风华。茶能净化心灵的尘埃，拂去身心的疲惫。



前言

《茶经》之言：『茶者，南方嘉木也。』

《本草纲目》中记载：『茶味苦，饮之使人益思，少卧，轻身，明目。』

茶俨然已经成为人们生活中不可缺少的一种饮品了，然而茶并不止如此。

一杯茶，一部书。懂得美好生活的人，总能从茶道中悟出人生的意义。

茶，可以是文化与文明的载体。茶自问世以来，经历了几千年的历史演变，既是生活又超越生活。当茶上升到了一种精神层面时，就不再平凡，更多的是给予人们积极的力量。



07	第一章 乌龙茶文化漫谈	21	第一章 乌龙茶产地简介	29	第三章 乌龙茶的品种
10	第一节 乌龙茶品名由来	22	第一节 闽北乌龙	30	第一节 闽北乌龙
11	第二节 四大产茶区的历史	23	第二节 闽南乌龙	30	闽北乌龙品种
		24	第三节 广东乌龙		闽北乌龙代表茶
		25	第四节 台湾乌龙		

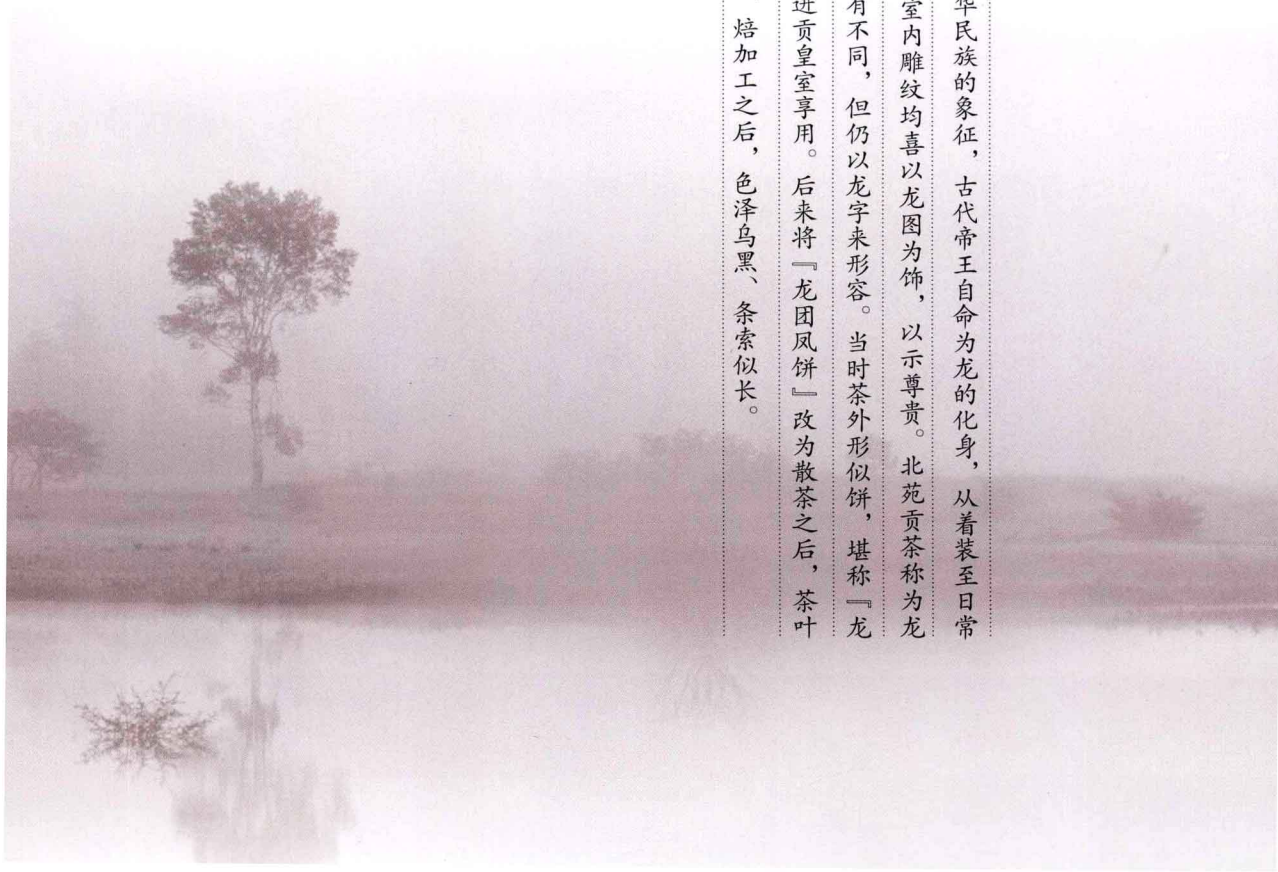
42	武夷乌龙之后起之秀	55	第三节 广东乌龙	69	第四章 乌龙茶采制过程
47	第二节 闽南乌龙	55	广东乌龙品种	71	第一节 闽北乌龙茶的采制过程
47	闽南乌龙品种	55	广东乌龙代表茶	71	闽北乌龙茶采摘时节
48	闽南乌龙代表茶	61	第四节 台湾乌龙	72	闽北乌龙茶的加工制作过程
		61	台湾乌龙品种	75	第二节 闽南乌龙茶的采制过程
		62	台湾乌龙代表茶		



92	89	86	86	86	85	80	80	80	78	77	77	75	75
第三节	第二节			第一节	第五章			第四节			第三节		
乌龙茶的保存方法	乌龙茶的冲泡、品饮方法	新茶与陈茶的区别	如何鉴别乌龙茶品质的优劣	乌龙茶的品鉴	乌龙茶品鉴与保存	台湾乌龙茶的加工制作过程	台湾乌龙茶采摘时节	台湾乌龙茶的采制过程	广东乌龙茶的加工制作过程	广东乌龙茶采摘时节	广东乌龙茶的采制过程	闽南乌龙茶的加工制作过程	闽南乌龙茶采摘时节
118	115	114	113			110	109	105	96	95		93	92
茶叶呢喃·儿时采茶记	第二节	第一节	第七章			第四节	第三节	第二节	第一节	第六章		保存茶叶的误区	正确保存茶叶的方法
	乌龙茶的保健功效	乌龙茶中的营养成分	乌龙茶的保健功效			台湾乌龙茶茶艺	广东乌龙茶茶艺	闽南乌龙茶茶艺	闽北乌龙茶茶艺	乌龙茶茶艺			茶叶为何变味、变陈

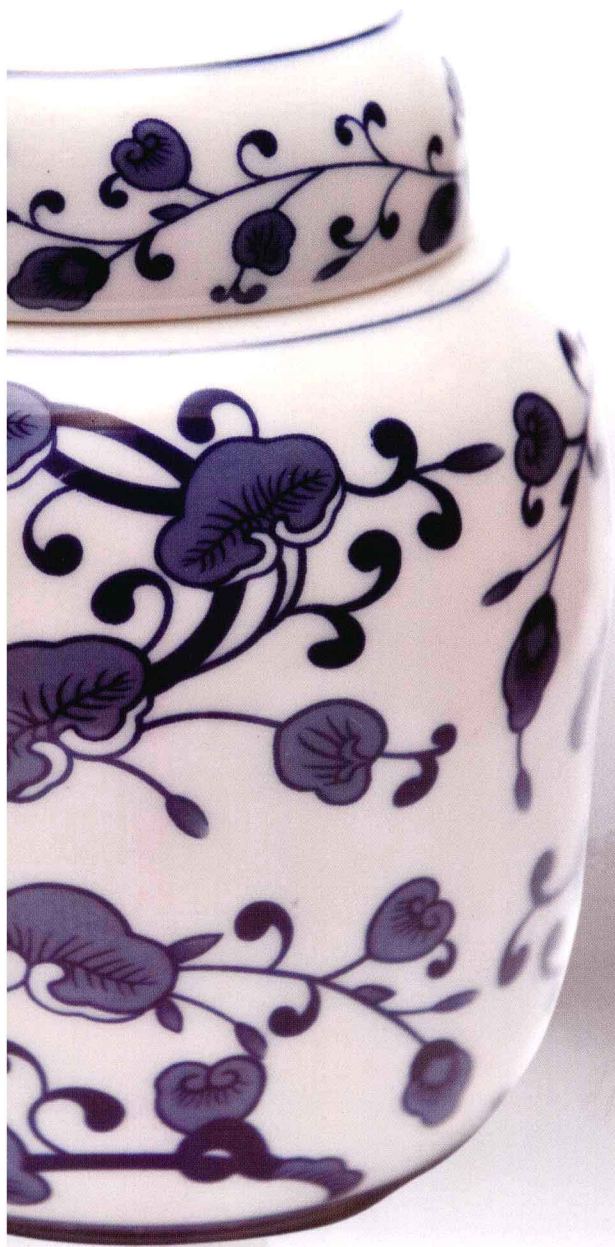


龙是中华民族的象征，古代帝王自命为龙的化身，从着装至日常生活用品、室内雕纹均喜以龙图为饰，以示尊贵。北苑贡茶称为龙团，品级虽有不同，但仍以龙字来形容。当时茶外形似饼，堪称『龙团凤饼』，进贡皇室享用。后来将『龙团凤饼』改为散茶之后，茶叶经过晒、炒、焙加工之后，色泽乌黑、条索似长。



第一章

乌龙茶
文化漫谈





乌龙茶文化漫谈

中国，茶的摇篮，茶文化与茶艺的发源地。

从祖先将“茶”这一颗神秘的种子播种在人间的那一刻起，就注定炎黄子孙将世代传承“茶”这一宝贵的东方文化。茶与人类共存至今已有数千年历史。

茶历经了原始社会咀嚼鲜叶生煮羹饮、晒干收藏、蒸青做饼、炒青散茶的演化过程。按茶树品种、生长环境、采茶时节、制作工艺、发酵程度轻重等可分为六大茶类，即绿茶、黄茶、白茶、青茶（乌龙茶）、红茶、黑茶。

六大茶类中按不同加工工艺及不同的生产产地，又可分为：不发酵茶类、微发酵茶类、半发酵茶类、全发酵茶类、再发酵茶类。其中半发酵茶类要属“青茶类”即乌龙茶茶类最为常见。

乌龙茶独特的加工工艺使其拥有绿茶之清香，红茶之甘醇，深受饮茶者的喜爱。

乌龙茶的形成与发展至今已有1000多年的历史。



第一节 乌龙茶品名由来

说到乌龙茶茶名的由来，有三种说法：一是由产茶地的地名而来；二是由茶树品种名而来；三是由茶叶的传说而来。

龙是中华民族的象征，古代帝王自命为龙的化身，从着装至日常生活用品、室内雕纹图像均是以龙为主，表示珍贵。北苑贡茶称为龙团，品级虽有不同，但仍以龙字来命名。当时茶外形似饼，堪称“龙团凤饼”，

进贡皇室享用。后来将“龙团凤饼”改制为散茶，茶叶经过晒、炒、焙加工之后，色泽乌黑、条索似长。之后商人为显示武夷茶的珍贵，则以乌龙茶为商标，在产品畅销以后，则统称“乌龙茶”。我们现在所说的乌龙茶，包括乌龙品种及其他著名品种，如铁观音、本山、水仙、肉桂、凤凰单枞、冻顶乌龙等。



第二节 四大产茶区的历史

闽北乌龙

闽北乌龙产自福建（原崇安县）武夷山区，是闽北乌龙茶品种之总称。

乌龙茶最初起源于武夷茶，是北苑茶的一种，北苑茶又是福建最早的贡茶。

史书记载，北苑茶是中国茶叶发展史上最著名的皇家御茶，起源于五代十国时期的闽国。闽龙启元年（闽王王审知之子王延钧年号，公元933年），建州建安县（今福建省建瓯市），当时有位茶园园主张廷晖，在凤凰山（今建瓯市东风镇境内）经营方圆15公里的茶园。因战事频繁，难以为继，就将茶园全部献给闽王，作为皇家茶园。茶园地处闽国北部，故称“北苑御茶园”。所产之茶称“北苑茶”，上贡闽国和后来的南唐。北宋时贡茶生产南移到北苑，太平兴国二年（宋太宗赵炅年号，公元977年）在凤凰山设漕司行

衙，置北苑御焙，派漕臣督造北苑御茶。北苑贡茶以龙凤图案的模具制作蒸青团茶，又称龙凤茶、龙团凤饼或龙凤团饼、建溪官茶等。当时先后有龙凤团、小龙团、密云龙、龙团胜雪等几十个品种。民间私焙也随之兴起。鼎盛时期，有官私茶焙1336处。

宋徽宗赵佶的《大观茶论》说：“本朝之兴，岁修建溪之贡，龙团凤饼，名冠天下，壑源之品，亦自此而盛。”至唐朝末年建安茶小有名气，元符年间上贡茶饼1600饼，宣和年进贡4710饼，上贡品种有40多种。苏轼《叶嘉传》称：“武夷茶移植到建安后遂有‘北苑’之盛况”。

明洪武二十四年（公元1391年），朱元璋下诏罢造龙凤团饼，官焙衰亡，团茶向散茶演变。从五代至明代，北苑茶上贡四朝



（五代的闽和南唐、两宋、元、明），历时458年，是中国茶叶史上不可磨灭的一笔。

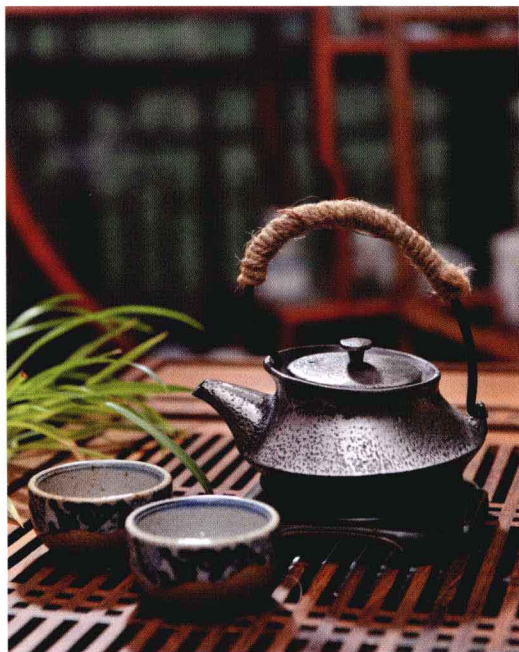
元代大德六年(1320年)设置御茶园于武夷九曲溪的第四曲溪边，制龙团5000饼入贡。此时武夷茶已单独入贡，名声从此日渐扩大。

清布衣文士王草堂在《茶说》中记载：“武夷茶采后，以竹筐，架于风日中，名曰晒青，俟其青色渐收，然后再加炒焙。阳羨山片，只蒸不炒，火焙以成。松罗、龙井皆

炒而不焙，故其色纯。独武夷炒焙兼施，烹出之时，半红半青。青者乃炒色，红者乃焙色也。茶采而摊，摊而攪，香气越发即炒，过时不及皆不可。既炒既焙，复拣去其中老叶、枝蒂，使之一色。”此记载说明了武夷茶的传统制茶工艺。

明代万历年间(1573年)徐火勃《茶考》中记载：“山中土气宜茶，环九曲之内，不下数百家，以种茶为业，岁所产数十万斤，水浮陆转，鬻之四方，而武夷之名，甲于海内矣。宋元制造团饼，稍失真味，今则灵芽仙萼，香色尤清，为闽中第一。”于是贡额累增，崇安贡茶达470.5公斤，约占全国贡茶总量2011公斤的四分之一。

史籍中留下的种种记载说明了乌龙茶制造技术与历史上的武夷茶制造技术是一脉相承的。可以说，乌龙茶约始于16世纪的明代，盛行于清代。明代是我国制茶技术发展继往开来的重要时期，在技术上有较多创新的时期。一反把茶叶碾碎或杂以其他香料的制法，而是保持茶叶原有的形、色、香味，把绿茶蒸青改为炒青，并推动了乌龙茶等其



他茶类的创立和发展。与此同时，闽南安溪在历史上选育和繁殖了不少适制乌龙茶的优良茶树品种，并在制造技术上精益求精。

总之，福建南北茶区为乌龙茶的诞生、发展，以及相继向闽南、广东、台湾的传播起到了一定的贡献。

闽南乌龙

安溪县地处福建省厦（门）漳（州）泉（州）金三角地带，全县面积3057.28平方

千米。安溪自古就有“闽南茶都”之称。是我国著名的乌龙茶主产区，产茶历史已有1000多年。据史料记载，至少可以上溯至唐朝末期，到了宋元时期，随着泉州港的兴起，安溪茶叶便作为一项重要商品通过“海上丝绸之路”走向世界。18世纪初，安溪茶的生产已有较大的规模，尤其是1725年前后，铁观音的发现和推广，更使安溪茶叶成为乌龙茶的突出代表。那时安溪的茶叶生产



不论是在数量上还是在质量上都处于全国领先地位，奠定了安溪茶叶在乌龙茶生产中不可取代的地位。安溪也因而成为闻名遐迩的名茶之乡。

据《安溪县志》记载：“250多年前，安溪人在东南亚各国开设茶行100余家，形成了初具规模并较为完整的产供销体系，产品畅销新加坡、菲律宾、泰国、缅甸、越南、印尼、美国等30多个国家和地区。”

解放前，安溪铁观音曾先后三次在国际性优质产品评定中获得金奖。

改革开放以来，安溪乌龙茶无论是规模、质量还是销售方面都得到了迅速发展。

在规模上，全县茶园面积由20世纪80年代中期的14.2万亩发展到目前的25万亩，年产量由7000吨发展到1.5万吨，产值由6000万元增加到3亿多元，均居全国第一，是全国最重要的乌龙茶生产基地。

闽南乌龙茶能够成为茶叶家族中的佼佼者，得益于安溪境内峰峦叠嶂、泉甘土赤、云雾缭绕、气候温和、雨量充沛、四季常青的地理环境和自然条件，得益于安溪茶农千百年来

智慧凝聚的、独有的精湛制茶工艺。

随着乌龙茶的诞生和发展，在安溪这块铁观音飘香的土地上逐步形成了古老独特、绚丽多姿的茶文化。历代的文人逸士留下了许多赞美闽南乌龙茶的诗篇，民间也留传着大量茶叶生产和茶农生活的传说、歌谣和谚语，并形成了一套十分讲究的品茶技艺。随着时代的发展，安溪的茶文化也在不断向高层次迈进。

广东乌龙

广东省，简称粤，是我国南端沿海的一个省份。广东位于南岭以南，南海之滨。与香港、澳门、广西、湖南、江西和福建接壤，与海南隔海相望。

广东地处热带和亚热带地区，具有高温多湿的气候条件，雨量充沛、土壤肥沃、地理环境得天独厚、极适宜茶树生长。广东是我国华南地区的主要产茶省份之一，也是我国乌龙茶的主要产区。广东乌龙茶良种资源丰富、采制工艺精良、茶叶质量超群、风味多样、名优茶亦多。

广东乌龙产于广东东部地区，产茶历



史悠久。主要产地为：广东省汕头地区的潮安、饶平、陆丰等县，现梅县、惠阳等地也开始产茶。主要品种有：凤凰单枞、凤凰水仙、岭头单枞、广东乌龙、广东铁观音等。其中凤凰单枞、凤凰水仙、岭头单枞最为有名。凤凰单枞按照香型不同又可分为密兰香型、芝兰香型、黄枝香型、肉桂香型、通天香型等。凤凰水仙又分单枞、浪菜、水仙三个品级。广东乌龙品质特征与闽北乌龙类似，外形呈条形，挺直，紧结；干茶色泽青或黄褐，似鳝鱼皮色；汤色橙黄、发亮，沿碗壁有金黄色彩圈的品质更好；滋味醇爽回

甘；花香明显、浓郁，叶底肥厚柔软，叶片四周红，中间黄，这是其主要特点。

当代学者已将潮州的产茶史追溯至唐代。民间盛传宋帝南逃时路经凤凰山，口渴难忍，侍从们从山上采下一种叶尖似鹂嘴的树叶，烹制成茶，饮后既止渴又生津，故后人广为栽种，并称此树为“宋种”或叫“鹂嘴茶”。明朝嘉靖年间的《广东通志初稿》记载：“茶，潮之出桑浦者佳”，当时潮安已成为广东产茶区之一。清代，凤凰茶逐渐被人们所认识，并列入全国名茶。20世纪90年代以来，潮安茶区茶园面积不断增长，茶