



一本书

简简单单，轻轻松松就学会泡茶、品茶、识茶、鉴茶、泡茶不像想象的那么难，只需要一点时间，就完全掌握

认识中国名茶

凤凰出版社

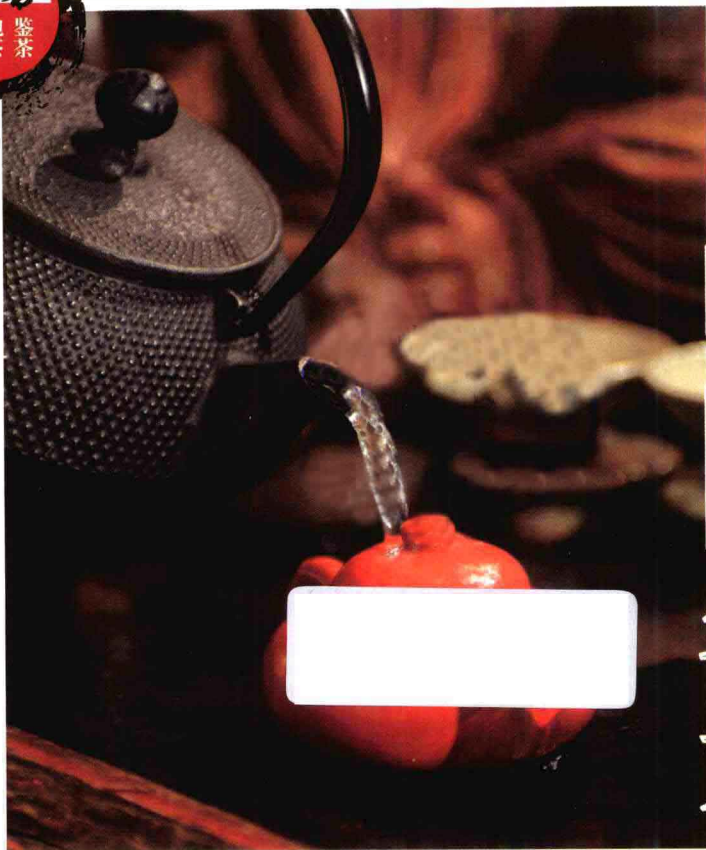
◆ 一本书把中国名茶都认识
◆ 一本书解决品鉴中国名茶
◆ 识茶、泡茶、品茶一本书就全会

《一本书认识中国名茶》编写组/编著
王缉良/摄影



一本书

认识中国名茶



《一本书认识中国名茶》编写组 / 编著 王缉良 / 摄影

凤凰出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

一本书认识中国名茶 / 《一本书认识中国名茶》编写组编著. -- 南京 : 凤凰出版社, 2012. 6
ISBN 978-7-5506-1344-7

I. ①一… II. ①一… III. ①茶—文化—中国 IV.
①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第090688号

书 名	一本书认识中国名茶
编 著	《一本书认识中国名茶》编写组
策 划 编 辑	付 洁
责 任 编 辑	付 洁
版 式 设 计	彭 娜
版 式 制 作	齐小改
出 版 发 行	凤凰出版传媒集团 凤凰出版传媒股份有限公司 凤凰出版社 北京凤凰天下文化发展有限公司
出版社地址	南京市中央路165号, 邮编: 210009
公 司 网 址	北京凤凰天下网 http://www.bookfh.cn
印 刷	北京盛源印刷有限公司 北京市通州区漷县镇后地村, 邮编: 101109
开 本	889 × 1194毫米 1/16
印 张	12
字 数	180千字
版 次	2012年6月第1版 2012年6月第1次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5506-1344-7
定 价	25.00元

(本书凡印装错误可向发行部调换, 联系电话: 010-58572103)

前言



静品属于自己的那杯茶

每个人心中都有属于他自己的那一杯茶，随心随性，泯唇动喉之间，刺激味蕾，回甘悠长，沁人心脾，涤荡身体和灵魂。

手里一个大茶杯，随手就抓一把茶叶丢进杯里，哗地冲满一杯开水，一喝就是一天，这种简单、方便、为解渴是办公室里的喝茶。

回到属于自己的空间，更多的人还是喜欢坐下来，用自己亲手选来的茶具，泡上一壶自己熟悉的茶，闻着茶香渐渐晕开，心境渐渐平静恬适，茶未饮，人已醉。

当有闲情雅致时，或取闹市于闲暇时，与两三同事，信手冲泡；亦或寻山间小屋，独自一人，听鸟鸣水流，煮水品茗；每一杯茶，多少都会带进当时的心境，有着属于自己的滋味，茶和人的性情相融合，心中有茶，茶在心中，在不知不觉中，茶人合一，实乃品茗之最高境界。

选择一款适合自己口味的茶，与家人、朋友、同事一同分享、品味，乐在其中。其实，茶无好坏之分，每个人对自己喜欢喝的茶都有发言权。什么样的茶是好茶，什么样的茶对自己口味都能娓娓道来。每个人总会从林林总总的茶叶中，找到适合自己的茶。

本书是编者精心编写，旨在和广大读者一步一步、简简单单地识茶、鉴茶、泡茶、品茶，一起走进充满清香的茶世界，享受茶带给我们的乐趣。

本书阅读指南



泡茶名称

茶之泡

冲泡 碧潭飘雪



备具 盖碗，碧潭飘雪5克。



1. 温盖碗

将沸水冲入盖碗中温烫。



2. 投茶

将准备好的茶叶投入盖碗中。



3. 冲泡

将沸水冲入盖碗中，冲泡茶叶。



4. 品饮

茶叶在沸水中渐渐舒展开来，3分钟后就着盖碗即可慢慢品饮。

TIPS

用盖碗冲泡碧潭飘雪，冲入开水的瞬间，茶叶和茉莉花慢慢舒展开来，芬芳浓郁。茉莉花像雪花飘浮在水上，美不胜收。

茶叶知识补充说明

泡茶步骤分解文字说明

目录 Contents

Part1 了解茶叶基础知识

一、青山绿水出好茶——著名的茶之旅 ... 12

华南茶区..... 12

西南茶区..... 13

江南茶区..... 13

江北茶区..... 13

二、中国茶叶的分类——茶叶的多种分类法 ... 14

三、认识中国茶叶大家族——七大类茶..... 16

绿茶类——绿茶之秀美..... 16

绿茶的特征 16

绿茶的产地 17

绿茶的代表品种 17

绿茶的形状 18

绿茶的分类 19

绿茶的制作 19

白茶类——白茶之珍 20

白茶的特征 20

白茶的产地 20

白茶的代表品种 20

白茶的形状 21

白茶的分类 21

白茶的制作 21

黄茶类——黄茶之贵 22

黄茶的特征 22

黄茶的产地 22

黄茶的代表品种 22

黄茶的形状 22

黄茶的分类 23

黄茶的制作 23

青茶类——青茶之香..... 24

青茶的特征 24

青茶的产地 24

青茶的代表品种 24

青茶的形状 25

青茶的分类 25

青茶的制作 25

黑茶类——黑茶之浓..... 26

黑茶的特征 26



黑茶的产地	26
黑茶的代表品种	26
黑茶的形状	26
黑茶的分类	27
黑茶的制作	27
红茶类——红茶之都	28
红茶的特征	28
红茶的产地	28
红茶的代表品种	28
红茶的形状	28
红茶的分类	29
红茶的制作	29
花茶类——花茶之美	30
花茶的特征	30
花茶的产地	30
花茶的代表品种	30
花茶的形状	30
花茶的分类	31
花茶的制作	31

四、鉴赏国外茶饮——异国茶风情 31

优雅的英国下午茶	32
独具风情的印度舔茶	33
美国丰富的茶饮料	34
荷兰茶俗	34
俄罗斯茶俗	35
法国茶俗	35



新加坡独特的岛国茶俗	36
印尼茶俗	36
日本茶俗	36

五、茶叶的保健功效——绿色健康饮... 37

茶叶的保健作用	37
茶叶中的健康物质	38

Part2 中国名茶的鉴别和冲泡

一、一年四季品好茶——茶叶的产茶季全知道

.....	40
-------	----

二、著名茶叶的鉴赏——名茶冲泡和品饮

.....	42
-------	----

西湖龙井——绿茶类，讲究喝明前茶	42
冻顶乌龙——台湾乌龙茶，被誉为台湾“茶中之圣”	48
普洱生茶——黑茶，追求陈香，被誉为可以喝的“古董”	52

普洱熟茶——黑茶，短时间内达到存放几年的茶品特点	56
铁观音——闽南乌龙茶，世界三大高香名茶之一	60
碧螺春——绿茶，毫多细嫩，也主张喝明前茶	64
大红袍——闽北乌龙茶，著名珍贵茶品，有岩韵	68
安吉白茶——绿茶，最具特色的茶种，氨基酸含量最高	72
太平猴魁——绿茶，最秀美高大的绿茶品种	74
六安瓜片——绿茶，片形茶叶	76
黄山毛峰——绿茶，名山美景出好茶	78
竹叶青——绿茶，最适合观赏茶舞的绿茶品种	82
正山小种——红茶，红茶茶祖	86
祁门工夫茶——红茶，香飘五洲，蜚声海外	88
滇红工夫茶——红茶，极受欢迎的工夫红茶	92
金骏眉——红茶，近年来非常热门的红茶	96
君山银针——黄茶，中国十大名茶之一	98
霍山黄芽——黄茶，滋味醇厚香持久	100
蒙顶黄芽——黄茶，享有仙茶的美誉	102
寿眉——白茶，著名白茶品种	103
白毫银针——白茶，白茶中的精品	104
白牡丹——白茶，享有“红装素裹”的美誉	106
六堡茶——黑茶，产于广西的特种黑茶	108
茯砖茶——黑茶，黑茶中的著名品种	112
宜红工夫茶——红茶，红茶中的高品	114
红碎茶——红茶，红艳醇厚滋味好	116
武夷肉桂——闽北乌龙茶，天然奇种真味存	118
凤凰单丛——广东乌龙茶，清香气足滋味浓郁	120
白鸡冠——闽北乌龙茶，香气清锐，岩韵悠长	124
信阳毛尖——绿茶，十大名茶之一	126
碧潭飘雪——花茶，颇具美感和观赏性	128
茉莉银针——花茶，早春细嫩茶芽制作	131



白毫乌龙——台湾乌龙茶，茶叶中的佳丽	132
茉莉月芽——花茶，细嫩均匀	134
金萱乌龙——台湾乌龙茶	136
冰鲜单丛——广东乌龙茶	137
本山——闽南乌龙茶，安溪四大名茶之一	138
毛蟹——闽南乌龙茶，安溪四大名茶之一	139
铁罗汉——闽北乌龙茶，岩岩有茶香	140
水金龟——闽北乌龙茶，武夷岩茶四大名茶之一	141
永春佛手——闽南乌龙茶，有佛手柑般特有的奇香 ..	142
黄金桂——闽南乌龙茶，有桂花之香气	144
千两茶——黑茶，世界茶王	145
南京雨花茶——绿茶，十大名茶之一，以地方命名 ..	146
蒙顶甘露——绿茶，茶汤甘醇清甜	148
四川边茶——黑茶，边销茶	150
径山茶——绿茶，最有文化内涵的茶叶	151
都匀毛尖——绿茶，原料细嫩做工精	152



婺源茗眉——绿茶，形如女士之秀眉	154
锡兰红茶——红茶，外国著名红茶品种	156
午子仙毫——绿茶，绿色清香，富含锌硒	158
英德红茶——红茶，历史虽不长四海已名扬	160
凌云白毫——绿茶，品种独特滋味清爽	161
紫阳毛尖——绿茶，茶中精品香气清	162
舒城兰花——绿茶，形似兰花美不胜收	163
恩施玉露——绿茶，茶绿汤绿叶底绿	164
大方茶——绿茶，形似龙井味浓香烈	166
高桥银峰——绿茶，品格高趣，清新芳鲜	167
茉莉女儿环——花茶，外形像女孩们耳朵佩戴的耳环 ..	168
茉莉龙珠——花茶，外形像一颗颗龙珠	169
茉莉凤眼——花茶，外形像凤凰的眼睛	170

松萝茶——绿茶	171
石门银峰——绿茶	171
日照绿茶——绿茶	171
崂山绿茶——绿茶	171
汉中仙毫——绿茶	171
湄潭雀舌——绿茶	171
绿雪芽——绿茶	171
抹茶——绿茶	172
玄米茶——绿茶	172
滇红金芽——绿茶	172
坦洋工夫——绿茶	172
四川红茶——红茶	172
政和工夫——红茶	172
玫瑰红茶——红茶	172
纯花茶	173
造型花茶	174



Part3 入门茶具的准备和使用

茶盘	176
随手泡	177
茶壶	178
品茶杯	179
盖碗	180
公道杯	181
过滤网和滤网架	182
茶叶罐	183
茶巾	184
废水桶	185
茶道具	186

Part4 茶叶的选购和存储

造成茶叶变质的因素	188
茶叶贮藏有“五忌”	188
茶叶的贮藏方法	190
茶叶贮藏要分类	191

PART 1

了解茶叶基础知识

一 青山绿水出好茶——著名的茶之旅

二 中国茶叶的分类——茶叶的多种分类法

三 认识中国茶叶大家族——七大类茶

四 鉴赏国外茶饮——异国茶风情

五 茶叶的保健功效——绿色健康饮





华南茶区

华南茶区位于中国的最南端，主要包括广东、广西、福建、台湾、海南等省（区）。此茶区属于热带、亚热带的季风气候范围，南面临海，北面多山，年降雨量在2100毫米以上，年平均气温在19~20℃。这里的茶园被茂盛的森林所覆盖，土壤肥沃，有机物含量高，适合种植茶树，尤其是适合乔木型和小乔木型的大叶种茶树的生长。

● 著名茶山

华南茶区的茶资源丰富，著名的茶山有六大茶山、凤凰山、五指山、阿里山。

● 出产的茶叶种类

华南茶区主要盛产红茶、乌龙茶、绿茶、花茶、白茶等。

● 著名茶叶名称

铁观音、永春佛手、冻顶乌龙茶、东方美人茶、包种茶、凤凰水仙、凌云白毫、茉莉花茶、普洱茶、滇红工夫茶、云海白毫。

西南茶区

西南茶区位于中国西南部，中国最古老的茶树即位于此茶区。包括云南、贵州、四川三省以及西藏东南部。全区地形复杂，大部分为盆地、高原地势。这片茶区山峦起伏，绵延千里。茶树品种资源丰富，栽种的茶树多为灌木和小乔木型。

● 著名茶山

西南茶区的茶资源丰富，著名的茶山有峨眉山、蒙山、青城山、普洱茶六大茶山（景迈山）。

● 出产的茶叶种类

主要为普洱茶、红茶、花茶、绿茶等。

● 著名茶叶名称

蒙顶黄芽、蒙顶甘露、竹叶青、都匀毛尖、青城雪芽、湄潭翠芽、云雾茶等。

江南茶区

江南茶区位于中国长江中下游南部，包括浙江、湖南、江西、福建等省和皖南、苏南、鄂南等地，是我国茶叶最集中的产区。全区属于低丘低山地带，当然海拔1000米以上的高山也有，如武夷山等。种植的茶树为灌木型为主。

● 著名茶山

江南茶区的茶资源丰富，著名的茶山有武夷山、洞庭山、黄山、九华山、庐山等。

● 出产的茶叶种类

主要盛产绿茶、红茶、乌龙茶、黑茶、花茶等。

● 著名茶叶名称

洞庭碧螺春、西湖龙井茶、南京雨花茶、安吉白茶、黄山毛峰、太平猴魁、径山茶、顾渚紫笋茶、大红袍、武夷肉桂、祁门红茶等。

江北茶区

江北茶区位于长江中下游北岸，包括河南、陕西、甘肃、山东等省和皖北、苏北、鄂北等地，是我国最北端的茶区。全区受地理位置、环境气候影响，常年气温较低，易受冻，茶叶生产少而精。茶树多为灌木型和小叶种。

● 著名茶山

著名的茶山有大别山、花果山、武当山、秦岭以南大巴山以北。

● 出产的茶叶种类

主要盛产绿茶、红茶等。

● 著名茶叶名称

信阳毛尖、霍山黄芽、六安瓜片、舒城兰花、紫阳毛尖、午子仙毫等。

中国茶叶的分类

——茶叶的多种分类法

中国茶叶的分类

中国茶自古就有多种分类法，如茶圣陆羽把茶叶大致分为粗茶、散茶、末茶、饼茶；元代分芽茶和叶茶。目前，中国茶叶品种更是多得数不尽，品种繁多，茶叶的分类法也是有多种。如按茶叶的加工工艺、产地、采制季节以及茶叶的级别、外形、销路等不同进行分类。

茶的分类方法

◎按加工工艺分类	按照茶叶加工工艺不同，茶叶中的内含成分茶多酚氧化程度不同，品质也不同，把茶叶分为绿茶、红茶、青茶、黄茶、白茶、黑茶六大茶类。这也是传统的茶叶分类
◎按产地分类	我国有20个省、区产茶，可将不同省、区所产的茶叶分为浙茶、闽茶、台茶、滇茶、赣茶、徽茶等，如普洱茶、滇红工夫茶等属于滇茶，铁观音、黄金桂、肉桂等属于闽茶
◎按产茶时令分类	按季节不同可将茶叶划分为春茶、夏茶、暑茶、秋茶、冬茶。春茶在清明前采摘的为明前茶、谷雨前采摘的为雨前茶，绿茶中以明前茶品质最好，数量少，价最高
◎按质量级别分类	茶叶不同，级别也不同，一般分为特级、一级、二级、三级、四级、五级等，有的特级茶还细分为特一、特二、特三等，普洱散茶分为特级、一级、二级至十级，共11个级别，级别不同，品质各有差异，一般级别会印在相应的茶叶外包装上，方便消费者辨别

◎按外形分类	茶叶外形差别较明显，有针形茶，如安化松针等；扁形茶，如龙井茶、千岛玉叶等；曲螺形茶，如碧螺春、蒙顶甘露等；片形茶，如六安瓜片等；兰花形茶，如舒城兰花、太平猴魁等；单芽形茶，如蒙顶黄芽等；直条形茶，如南京雨花茶等；曲条形茶，如婺源茗眉、径山茶等；珠形茶，如平水珠茶等。 销路分类一般分为外销茶、内销茶、边销茶和侨销茶
◎按加工程度分类	分为初制茶，也称毛茶；精制茶，即商品茶、成品茶；深加工茶，如速溶红茶、茶多酚提取物等
◎按发酵程度分类	分为不发酵茶，如绿茶；轻发酵茶，如黄茶、白茶；半发酵茶，如青茶；全发酵茶，如红茶；后发酵茶，如普洱茶
◎按创造时间分类	分为历史名茶和现代名茶等，历史名茶如顾渚紫笋、仙人掌茶等；现代名茶，如高桥银峰、南京雨花茶等。

轻松掌握茶类大家族6+1类

将茶叶分为基本茶类和再加工茶类，是现代茶学上的分类法，也是目前比较常见和认可的分类法。

基本茶类，就是指鲜叶在制作过程中，形成不同特色、不同品质的茶叶。根据茶叶的发酵程度从不发酵到全发酵大致可以分为：绿茶类、白茶类、黄茶类、青茶（乌龙茶）类、黑茶类、红茶类一共六大类。

再加工茶类，就是指用基本茶类的茶叶为原料，经再加工、深加工而制成的茶，统称再加工茶类，如茉莉花茶、果味茶、萃取茶、含茶饮料等。其中大家最为熟悉的的就是茉莉花茶和绿茶饮料了。

最后总结一下，简单地将平时我们最常接触的茶大体看作：六大类茶+一类再加工茶。



《绿茶类》——绿茶之秀美

在中国的七大类茶中，绿茶的种类最多，品饮人数也最多。绿茶的姿态是最优美的，也是最具观赏性的。因此，绿茶姿态之美，就在于一个“秀”字，千姿百态的绿茶，无论是观赏干茶叶，还是在水中摇曳的“茶舞”，都是非常享受和愉悦的过程。

☞ 绿茶的特征

绿茶是中国最多的一种茶类，以“一长”、“四多”而闻名，即制作和饮用历史最长，产量最多，名茶最多，品种花色最多，饮用人数最多。

绿茶叫“不发酵茶”，这是因为在绿茶的加工过程中，由于高温湿热作用，破坏了茶叶中的酶的活性，阻止了茶叶中的主要成分——多酚类的酶性氧化，较多地保留了茶鲜叶中原有的各种化学成分，保持了“清汤绿叶”的品质风格。

绿茶通常比较细嫩，具有“色绿、汤绿、叶底绿”的三绿特点。茶叶颜色的变化贯穿整个茶叶制作过程。绿茶色泽翠绿，茶汤比较清爽，适于清饮。其代表性的品种有龙井茶、碧螺春、黄山毛峰、信阳毛尖、太平猴魁等。