

鉴茶泡茶

全图解



茶区
制艺
保存



鉴茶
汤色
叶底



葬 赋

灵山峻岳，奇产所钟，厥生葬草，幽谷被岗。承土壤之滋润，受甘霖之霄降。月世初秋，农功少休，结偶同旅，是采是求。水则岷方之注，星彼清流；器择陶简，出自东隅；酌之以匏，取式公刘。惟兹初成，沫成华浮，焕如积雪，晬若春敷。

双福
陈秀花
等编著

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

鉴茶泡茶

全图解



茶区
制艺
保存



鉴茶
汤色
叶底



识具
辨水
冲泡



静室
茶艺
佳人

双福
陈秀花

等编著

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

·北京·

茶本为一种植物，具有可食用、助健康、益长寿的功能，所以有“茶乃天地之精华”的说法。本书引领读者从茶叶知识入门，了解茶系分类，并且精选常见的知名茶叶，通过产地、鉴赏、存放、典故等仔细剖析，几乎涵盖了中国茶的所有门类，内容翔实丰富，文字通俗易懂，可增强读者的茶叶鉴赏知识。

本书中对茶具、各种茶的冲泡、茶与水的关系、茶艺展示等，均通过精美图片的高清展示，带您走进茶的世界，领略茶的独特韵味。

图书在版编目（CIP）数据

鉴茶·泡茶全图解 / 双福，陈秀花等编著. — 北京：化学工业出版社，2014.9

ISBN 978-7-122-21085-2

I. ①鉴… II. ①双… ②陈… III. ①茶叶-文化-中国-图解 IV. ①TS971-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第141188号



责任编辑：李娜 马冰初
责任校对：战河红
文字编辑：王丹娜

全案统筹：
摄影：
装帧设计：

双福 SF 文化·出品
www.shuangfu.cn

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011）

印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司

710mm × 1000mm 1/16 印张15 字数300千字 2015年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：39.80元

版权所有 违者必究

目录



Part I 寻一缕茶香

中国茶区分布图	2
认识茶类大家族	4
七大茶系的制作工艺与特点	9
茶叶保存技巧揭秘	10
茶的功效简解	12



Part 2 赏鉴各地名茶



绿茶

西湖龙井	16
安化松针	19
顶谷大方	19
洞庭碧螺春	20
顾渚紫笋	23
紫阳毛尖	23
黄山毛峰	24
惠明茶	27
狗脑贡茶	27
六安瓜片	28
涌溪火青	31
鸠坑毛尖	31
信阳毛尖	32
南京雨花茶	35
遵义毛峰	35
太平猴魁	36
通天岩茶	39
雁荡毛峰	39
崂山绿茶	40

云雾毛尖	43
庐山云雾	44
蒙顶茶	47
太白顶芽	48
安吉白片	51
恩施玉露	52
普陀佛茶	55
雪峰毛尖	55
峨眉毛峰	56
老竹大方	59
磐安云峰	60
桂林毛尖	61
云南白毫	61

红茶

正山小种	62
外山小种	65
祁门工夫	66
闽红工夫	69
滇红工夫	70
川红工夫	73

宁红工夫	74
金骏眉	77

黑茶

云南普洱茶	80
安化黑茶	83
六堡茶	84
湖北老青茶	85
四川边茶	85

黄茶

君山银针	86
温州黄汤	89
沅江白毛尖	89
蒙顶黄芽	90
霍山黄芽	90

白茶

贡眉	91
白毫银针	92
白牡丹	95

乌龙茶

黄金桂·····	96
安溪铁观音·····	99
武夷大红袍·····	102
文山包种·····	105
武夷肉桂·····	106

闽北水仙·····	109
冻顶乌龙·····	112
凤凰单枞·····	115
阿里山高山茶·····	118
金萱茶·····	121

花茶

茉莉花茶·····	124
珠兰花茶·····	127
桂花茶·····	128
菊花茶·····	131
金银花茶·····	134



Part3 泡茶、泡香茶



认识常用的茶具

茶叶罐·····	140
随手泡·····	141
茶盘·····	142
茶壶·····	143
盖碗·····	145
品茗杯·····	146
闻香杯·····	146
公道杯·····	148
过滤网和滤网架·····	149
赏茶荷·····	150
养壶笔·····	151

茶巾·····	151
普洱茶针·····	152
茶道组合·····	153
茶宠·····	154
水盂·····	155

茶与水的搭配

水温影响茶·····	156
水质影响茶·····	158
泡茶名泉一览·····	160

不同茶类的冲泡方法

冲泡绿茶·····	162
-----------	-----

冲泡红茶·····	164
冲泡黄茶·····	166
冲泡黑茶·····	167
冲泡白茶·····	169
冲泡花茶·····	170

品茶技巧与注意事项

品茶技巧·····	172
品茶注意事项·····	175
品茶的过程总结·····	176

茶语问答·····180

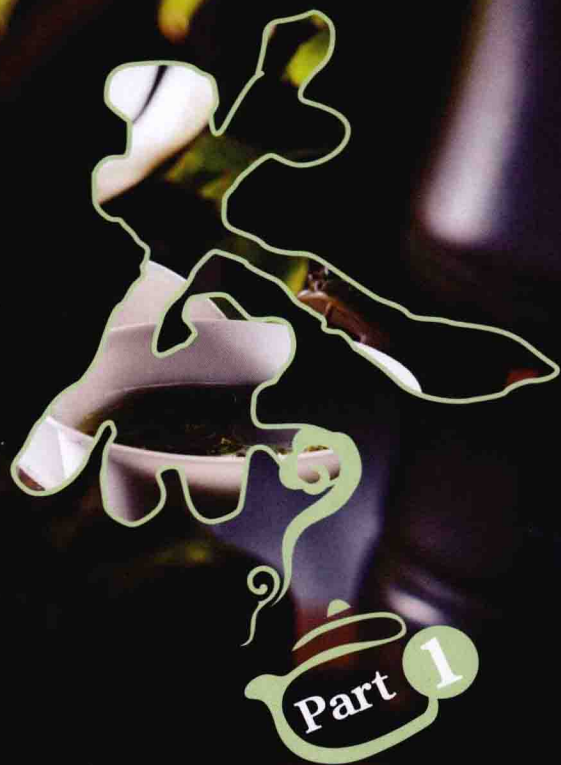


Part4 茶艺展示



红茶茶艺·····	190
乌龙茶茶艺·····	202
绿茶茶艺·····	220

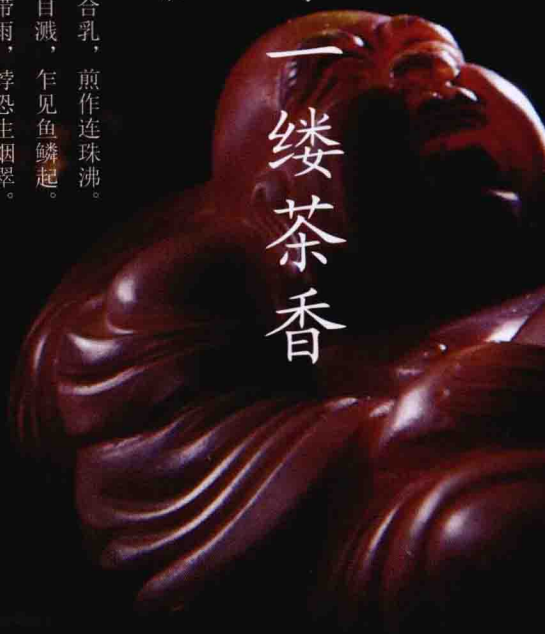
附录 品茶、评茶四阶段常用语及说明·····	230
------------------------	-----



寻一缕茶香

煮茶

香泉一合乳，煎作连珠沸。
时看蟹目溅，乍见鱼鳞起。
声疑松带雨，饬恐生烟翠。
尚把沥中山，必无千日醉。



中国茶区分布图

我国茶区分布辽阔，地跨中热带、边缘热带、南亚热带、中亚热带、北亚热带和暖温带。即东起东经 122° 的台湾地区东部海岸，西至东经 95° 的西藏自治区易贡，南自北纬 18° 的海南岛榆林，北到北纬 37° 的山东省荣成县，东西跨经度 27°，南北跨纬度 19°。在垂直分布上，茶树最高种植在海拔 2600 米高地上，而最低仅距海平面几十米或百米。

在不同地区，生长着不同类型和不同品种的茶树，从而决定着茶叶的品质及其适制性和适应性，形成了一定的茶类结构。



我国茶区划分采取 3 个级别，即一级茶区，系全国性划分，用以宏观指导，分为 4 个，即江北茶区、江南茶区、西南茶区、华南茶区；二级茶区，系由各产茶省（区）划分，进行省区内生产指导；三级茶区，系由各地县划分，具体指挥茶叶生产。

江北茶区位于长江中、下游北岸，南起长江，北至秦岭、淮河，西起大巴山，东至山东半岛，包括甘南、陕西、鄂北、豫南、皖北、苏北、鲁东南等地。江北茶区是我国最北的茶区，茶树大多为灌木型中叶种和小叶种，主产绿茶。

此区年平均气温为 15 ~ 16 摄氏度，冬季绝对最低气温为零下 10 摄氏度。年降水量较少，为 700 ~ 1000 毫米，且分布不均，土壤多属黄棕壤或棕壤，是中国南北土壤的过渡类型，不少茶区酸碱度略偏高，但少数山区有良好的微域气候，故茶的质量亦不亚于其他茶区。



江南茶区位于中国长江中、下游南部，长江以南。大樟溪、雁石溪、梅江、连江以北，包括粤北、桂北、闽中北、湘、浙、赣、鄂南、皖南、苏南等地均属江南茶区，为中国茶叶主要产区，年产量大约占全国总产量的 2/3，主产茶类有绿茶、红茶、黑茶、花茶

以及品质各异的特种名茶。江南茶区大多处于低丘低山地区，也有海拔在 1000 米以上的高山地区，如浙江的天目山、福建的武夷山、江西的庐山、安徽的黄山等。这些地区气候四季分明，年平均气温为 15 ~ 18 摄氏度，冬季气温一般在 -8 摄氏度；年降水量 1400 ~ 1600 毫米，春夏季雨水最多，占全年降水量的 60% ~ 80%，秋季干旱。茶区土壤主要为红壤，部分为黄壤或棕壤，少数为冲积壤。该茶区种植的茶树大多为灌木型中叶种和小叶种，以及少部分小乔木型中叶种和大叶种。江南茶区是发展绿茶、乌龙茶、花茶和名特茶的适宜区域。

西南茶区位于中国西南部，米仑山、大巴山以南，红水河、南盘江、盈江以北，神农架、巫山、方斗山、武陵山以西，大渡河以东的地区，包括黔、川、滇中北和藏东南，是中国最古老的茶区。该茶区茶树品种资源丰富，有灌木型和小乔木型茶树，部分地区还有乔木型茶树，主产红茶、绿茶、沱茶、紧压茶和普洱茶等，是中国发展大叶种红碎茶的主要基地之一。该茶区地形复杂，大部分地区为盆地、高原，土壤类型亦多。在滇中北多为赤红壤、山地红壤和棕壤；在川、黔及藏东南则以黄壤为主，有少量棕壤，土壤有机质含量比较丰富，土壤状况也适合茶树生长。西南茶区内同纬度地区海拔高低悬殊，气候差别很大，大部分地区属亚热带季风气候，冬不寒冷，夏不炎热。

华南茶区位于中国南部，大樟溪、雁石溪、梅江、连江、浔江、红水河、南盘江、无量山、保山、盈江以南，闽中南、台、粤中南、琼、桂南、滇南等范围内均属华南茶区，为中国最适宜茶树生长的地区。华南茶区内有乔木、小乔木、灌木等各种类型的茶树品种，茶资源极为丰富，生产红茶、乌龙茶、花茶、白茶和六堡茶等。该茶区年平均气温为 19 ~ 22 摄氏度，最低月（1 月）平均气温为 7 ~ 14 摄氏度；茶年生长期 10 个月以上；年降水量是中国茶区之最，一般为 1200 ~ 2000 毫米，其中台湾地区雨量特别充沛，年降水量常超过 2000 毫米。茶区土壤以赤红壤为主，部分地区也有红壤和黄壤分布，土层深厚，有机质含量丰富。



认识茶类大家族



绿茶

绿茶是中国历史上最早出现的茶类，也是我国产量最多的一类茶叶。绿茶的品质特征是清汤、绿叶。绿茶是一个品目繁多的茶类，形有长、圆、扁、曲之分；色亦变幻万千。根据杀青方式、干燥方法的不同，又有“炒青”“烘青”“晒青”“蒸青”之分。在绿茶加工过程中，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，因此绿茶的多酚含量比其他茶类含量都高，维生素C的含量亦最高。绿茶是“不发酵茶”，性寒味略苦。从保健功效来看，绿茶优于红茶。

代表茶类：秀眉、龙井、碧螺春、煎茶、玉露等。

功效：消暑明目、提神醒脑、抗氧化、宁神、镇静、防癌、减肥。



红茶

我国红茶种类较多，产地较广，有我国特有的工夫红茶和小种红茶，也有与印度、斯里兰卡相类似的红碎茶。红茶属于全发酵茶类，是以茶树的一芽二三叶为原料，经过萎凋、揉捻（切）、发酵、干燥等典型工艺精制而成。因其干茶色泽和冲泡的茶汤以红色为主调，故名红茶。

代表茶类：荔枝红茶、祁门红茶、大吉岭红茶等。

功效：提神消疲、养胃护胃、舒张血管、抗癌。



黑茶

最早的黑茶是由四川生产的，由绿毛茶经蒸压而成的边销茶。由于四川的茶叶要运输到西北地区，但当时交通不便，运输困难，所以必须减少体积，蒸压成团块。在加工成团块的工程中，要经过二十多天的湿坯堆积，导致毛茶的色泽逐渐由绿变黑。成品团块茶叶的色泽为黑褐色，并形成了茶品的独特风味。这就是黑茶的由来。对于喝惯了清淡绿茶的人来说，初尝黑茶往往难以入口，但是只要坚持饮用，人们就会喜欢上它独特的浓醇风味。黑茶流行于云南、四川、广西等地，同时也受到藏族、蒙古族和维吾尔族人民的喜爱，现在黑茶已经成为他们日常生活中的必需品。

代表茶类：湖南黑茶、普洱茶、六安茶等。

功效：促进新陈代谢、暖胃、清脑提神、降脂减肥。





白茶

白茶是中国六大茶类之一，为福建的特产，主要产区在福鼎、政和、松溪、建阳等地。基本工序是萎凋、烘焙（或阴干）、拣剔、复火等，其中萎凋是形成白茶品质的关键工序。白茶具有芽毫完整、满身披毫、毫香清鲜、汤色黄绿清澈、滋味清淡回甘的品质特点，属轻微发酵茶，是我国茶类中的特殊珍品。因其成品茶多为芽头，满披白毫，如银似雪而得名。

代表茶类：白毫银针、白牡丹、贡眉等。

功效：消暑解热、舒畅情绪、美颜、健脾。



黄茶

黄茶的品质特点是“黄叶黄汤”。这种黄色是制茶过程中进行闷堆渥黄的结果。黄茶分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。黄茶芽叶细嫩，显毫，香味鲜醇。由于品种的不同，在茶片选择、加工工艺上有相当大的区别。黄茶属发酵茶类，制作方法与绿茶有相似之处，不同点是多一道闷堆工序。这个闷堆过程是黄茶制法的主要特点，也是它同绿茶的基本区别。

代表茶类：君山银芽、广东大叶青、霍山黄大茶等。

功效：防癌、帮助消化。



青 茶

又名乌龙茶，是半发酵茶，以本茶的创始人而得名。最负盛名的要数福建和广东二地产的，其中以福建的“武夷岩茶”最为名贵。乌龙茶是我国几大茶类中，独具鲜明特色的茶叶品类，它的产生，还有些传奇色彩。据《福建之茶》《福建茶叶民间传说》载，清朝雍正年间，在福建省安溪县西坪乡南岩村里有一个茶农，也是打猎能手，姓苏名龙，因他长得黝黑健壮，乡亲们叫他“乌龙”。一年春天，乌龙腰挂茶篓，身背猎枪上山采茶，采到中午，一头山獐突然从身边溜过，乌龙举枪射击，负伤的山獐拼命逃向山林中，乌龙也随后紧追不舍，终于捕获了猎物。当把山獐背到家时已是掌灯时分，乌龙和全家人忙于宰杀、品尝野味，已将制茶的事全然忘记了。翌日清晨，全家人才忙着炒制昨天采回的“茶青”。没有想到放置了一夜的鲜叶，已镶上了红边，并散发出阵阵清香，当茶叶制好时，滋味显得格外清香浓厚，全无往日的苦涩之味。乌龙精心琢磨、反复试验，经过萎凋、摇青、半发酵、烘焙等工序，终于制出了品质优异的茶类新品——乌龙茶。安溪也随之成了乌龙茶的著名茶乡。

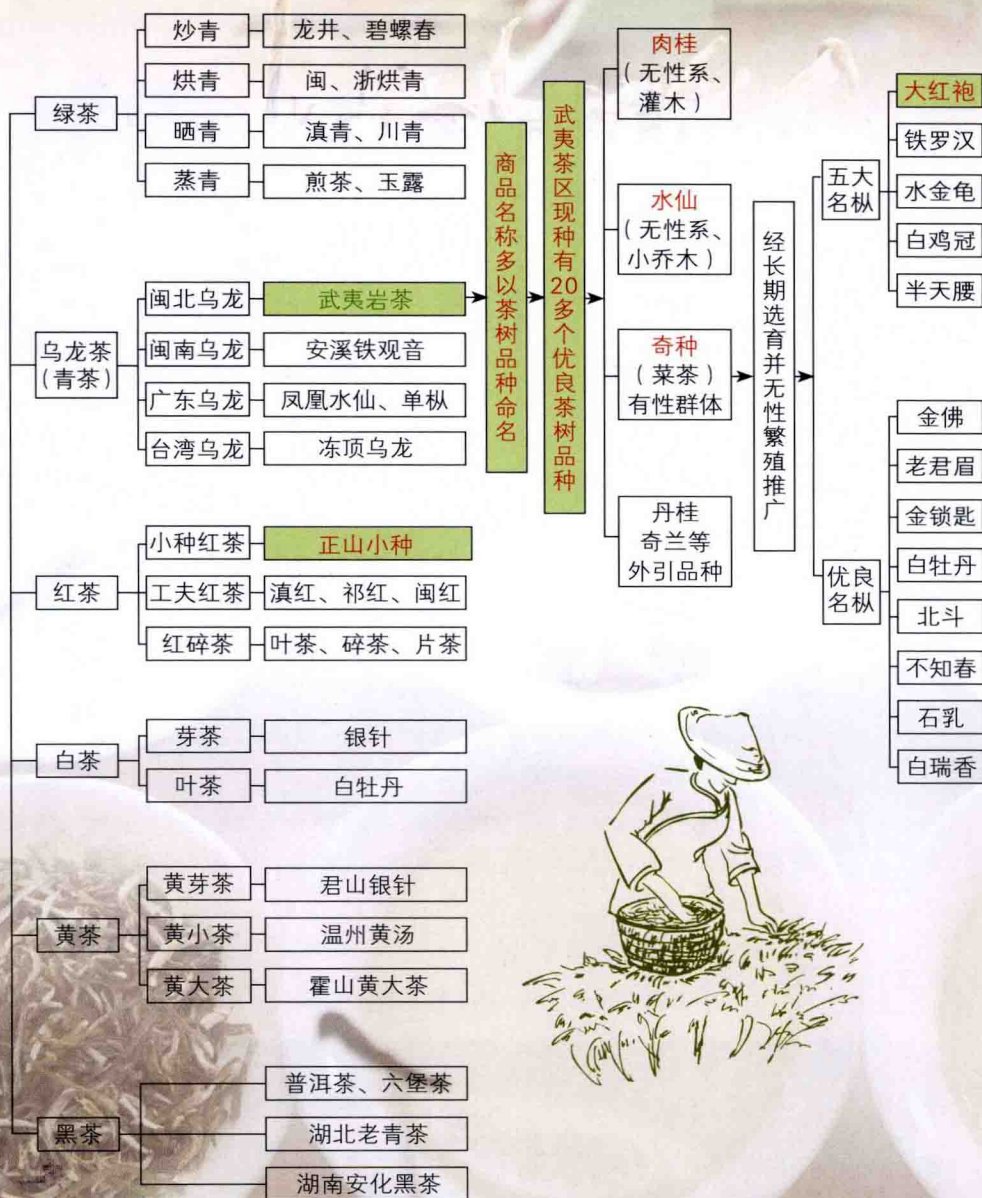
乌龙茶综合了绿茶和红茶的制法，其品质介于绿茶和红茶之间，既有红茶的浓鲜味，又有绿茶的清香，还有“绿叶红镶边”的美誉。品尝后齿颊留香，回味甘鲜。

代表茶类：武夷岩茶、水仙、大红袍、铁观音、包种、凤凰单枞等。

功效：清热降火、消滞去脂、促进肠胃消化、生津等。



全国六大茶类



七大茶系的制作工艺与特点



绿茶

鲜叶未经发酵，经杀青、揉捻、干燥等工艺制成，成品色泽及冲泡后汤色均呈绿色，汤清叶绿是绿茶品种的共同特点。

红茶

属全发酵茶类，是鲜叶经过萎凋、揉捻、发酵、干燥等工艺精制而成，干茶色泽与冲泡汤色以红色为主，故称红茶。

乌龙茶

经过杀青、萎凋、摇青、半发酵、烘焙的工艺制成，汤色透明如琥珀色。

白茶

制作工艺为萎凋、烘焙、拣剔、复火。它属于微发酵茶。白茶制法既不破坏酶的活性，又不促进氧化作用，且保持毫香显现，汤味鲜爽。白茶最主要特点是毫色银白，素有“绿妆素裹”之美誉。

黄茶

制作过程和绿茶近似，为鲜叶、杀青、揉捻、闷黄、干燥。黄茶的特点为黄叶黄汤。

黑茶

利用菌发酵的方式制作的一种茶叶，制作过程往往要堆积发酵较长时间。黑茶的制作过程为杀青、揉捻、渥堆、干燥。

花茶

主要以绿茶、红茶、乌龙茶作为茶胚，配以能够吐香的鲜花作为原料，然后将鲜花和茶叶一起闷，待茶将香味吸入后再把干花筛除而制成。花茶香气鲜灵浓郁、具有明显的鲜花香气。

茶叶保存技巧揭秘



根据茶叶的特性和造成茶叶陈化变质的原因，从理论上讲，茶叶的储藏保管以干燥（含水量在6%以下，最好是3%~4%）冷藏（最好是0摄氏度）无氧（抽成真空或充氮）和避光保存为最理想。

铁罐储藏法

选用市场上供应的马口铁双盖彩色茶罐做盛器。储存前，检查罐身与罐盖是否密闭，不能漏气。储存时，将干燥的茶叶装罐，罐要装实装严。这种方法操作方便，但不宜长期储存。



陶瓷坛储藏法

选用干燥无异味、密闭性好的陶瓷坛一个，用牛皮纸把茶叶包好，分置于坛的四周，中间嵌放石灰袋一只，上面再放茶叶包，装满坛后，用棉花包紧。石灰隔1~2个月更换一次。这种方法利用生石灰的吸湿性能，使茶叶不受潮，能在较长时间内保持茶叶品质。特别是龙井、大红袍等一些名贵茶叶，采用此法尤为适宜。



食品袋储藏法

将扎紧袋口的茶叶放在冰箱内。温度控制在5℃以下，可储存1年以上。此法特别适宜储藏名茶和茉莉花茶，但需防止茶叶受潮。



木炭密封储藏法

利用木炭极能吸潮的特性来储藏茶叶。先将木炭烧燃，立即用火盆或铁锅覆盖，使其熄灭，待放凉后用干净布将木炭包裹起来，放于盛茶叶的瓦缸中间。缸内木炭要根据反潮情况，及时更换。



茶叶贮存前要先分类



对于高山茶、乌龙茶、包种茶、龙井茶、碧螺春、白针银毫、绿茶类等轻焙火茶，要选密封度好的茶叶罐、铝箔袋、脱氧真空包装存放，避免阳光直射。一般轻焙火、香气重的茶叶因还有轻微水分会产生发酵，建议尽快泡完。如果短时间内喝不完，可将茶叶密封，存放于冰箱中冷藏。

武夷岩茶、铁观音、陈年老茶等重焙火茶或普洱茶在贮存前要把茶叶的水分烘焙干一点，利于茶叶久放不变质。如要让茶叶回稳消其火味，用瓷罐或陶罐都是很好的选择。普洱茶如用陶罐、瓷罐贮存，切记不要盖盖子，应将罐口用布盖上，让其通风。普洱茶属于后发酵，需借空气中水分来做发酵，自然陈化，因此放得久的普洱茶，滋味就会变得更柔和、汤色鲜红明亮、入口滑顺、生津回甘。

茶叶的保质期

茶叶的保质期与茶的品种有关，不同的茶叶保质期也不一样。像普洱茶、黑茶等全发酵产品，保质期可达10~20年。因此国家对其没有制定保质期。类似的还有武夷岩茶、广西的六堡茶等，这类茶叶只要存放得当，不仅不会变质，反而能提高茶叶品质。通常，密封包装的茶叶保质期是12~24个月不等，散装茶叶保质期就更短。一般的茶，还是新鲜的比较好。如绿茶，在常温下保质期为1年左右。影响茶叶品质的因素主要有温度、光线、湿度。如果存放方法得当，降低或消除这些因素，则茶叶可长时间保质。



茶的 功效 简解

茶叶基本成分

◎**儿茶素类**：俗称茶单宁，是茶叶特有成分，具有苦、涩味及收敛性。

◎**咖啡因**：带有苦味，是构成茶汤滋味的重要成分。

◎**矿物质**：茶中含有丰富的钾、钙、镁、锰等 11 种矿物质。

茶叶基本成分的功能

◎**儿茶素类**：在茶汤中可与咖啡因结合而缓和咖啡因对人体的作用。具抗氧化、抗肿瘤、降低血液中胆固醇及低密度脂蛋白含量、抑制血压上升、抑制血小板凝结、抗菌、抗过敏等功效。

◎**咖啡因**：茶中的咖啡因是中枢兴奋剂，其兴奋作用比较温和，而且每日正常饮茶所含的咖啡因也远未超过给药剂量，所以安全。喝茶可使开长途车的人保持头脑清醒及较有耐力。

◎**矿物质**：钾可促进血钠排除，血钠含量高是引起高血压的原因之一，多饮茶可防止高血压。氟具有防止蛀牙的功效。锰具有抗氧化及防止老化之功效，可增强免疫功能，并有助于钙的利用，因不溶于热水，可磨成茶粉食用。

◎**维生素**：类胡萝卜素在人体可转换为维生素，但要和茶末一起饮咽才可补充；B 族维生素及维生素 C 为水溶性，可由茶水中获取。

◎**其他成分**：黄酮醇类具强化微血管壁、消除口臭功效；皂素具有抗癌、抗炎症的功效。

