

后浪出版公司

寻味 中国茶

Chinese
Tea

— 池宗宪 著 —



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

 后浪出版公司

寻味 中国茶

Chinese
Tea

— 池宗宪 著 —

图书在版编目 (CIP) 数据

寻味中国茶 / 池宗宪著. -- 北京 : 北京联合出版公司, 2015.5

ISBN 978-7-5502-4812-0

I . ①寻… II . ①池… III . ①茶叶—文化—中国 IV . ① TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 047309 号

【原书名：寻味·中国茶，作者：池宗宪，美术构成：杨启巽工作室

本书由 积木出版事业部（城邦文化事业（股）公司）正式授权】

Simplified Chinese edition Copyright © 2015 Ginkgo (Beijing) Book Co., Ltd.

本书中文简体版权归属于银杏树下（北京）图书有限责任公司

寻味 中国茶

著 者：池宗宪

选题策划：后浪出版公司

出版统筹：吴兴元

特约编辑：张 怡

责任编辑：刘 凯

封面设计：周伟伟

营销推广：ONEBOOK

装帧制造：墨白空间

北京联合出版公司出版

（北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088）

北京盛通印刷股份有限公司印刷 新华书店经销

字数 58 千字 720×1030 毫米 1/16 12 印张 插页 2

2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-4812-0

定价：49.80 元

后浪出版咨询(北京)有限责任公司常年法律顾问：北京大成律师事务所 周天晖 copyright@hinabook.com

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。电话：010-64010019

自序 茗恋

当你走进一家茶行，会看到茶罐排排站立，罐上标示着各种茶名，这时你就要小心了。因为中国茶的茶名，可以按照种类、产地、烘焙的方法，或是商家的自我喜好随心所欲地制定。这种看似百家齐放、却又毫无章法的茶名乱象，常令初学者摸不清头绪，更会踌躇不敢下手买茶。现在且让我来帮入门者解套。

例如商品上写着“高山乌龙茶”，这“高山”有多高？海拔一千米还是两千米？这茶的产地是阿里山、庐山，还是什么山？茶的合理售价应该是一斤两百元，还是一斤两千元？

常听人说：买茶可以试喝；但当你走到茶行，如果没人主动邀约，你和老板又不熟，不敢开口要求试喝怎么办？这个问题应该这么看——首先应该建立这样的观念：价格昂贵的茶叶，不一定适合初学喝茶的人。例如一片两千元的普洱茶，可能是因为陈放了十多年才有这样的身价；对你来说，一片一百二十元、只放了三年的普洱茶或许更适合。

突破价格迷思的第一步：弄清楚茶叶的名称意义，接着挑一泡适合自己的茶。让我教你怎样不被欺诈：

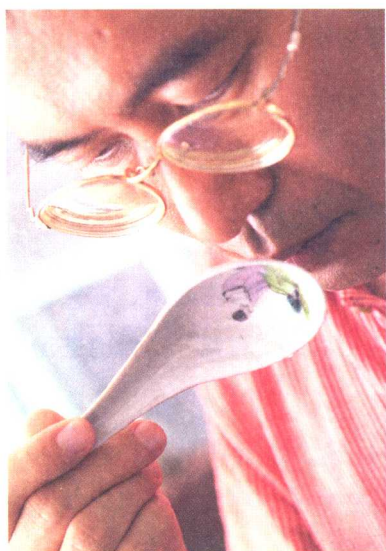
弄一张茶的身份证。所谓的身份证会标明茶的品种、制作过程，以及产地。提醒你，茶的身份很容易仿冒，例如：茶树明明种植在越南，商家却告诉你它是台湾乌龙茶，外貌看起来一样，喝下肚才会“露馅”，台湾茶汤独有的细腻山头气很难仿冒！

唤醒你沉睡的味蕾。醒醒吧！朋友，不知不觉中，你的味蕾早就被人工调味料所蒙蔽，无法分辨细微的感官差异。现在拿起一杯清水，漱漱口，清清味蕾，再开始喝茶，才能明辨茶的优劣。

轻轻地闻茶汤。这时大脑是否被唤醒了呢？喝一口茶，茶汤温柔地与你的味蕾接触，甘美还是苦涩？爽口还是刮舌？刚开始喝茶的人或许无法体会这些感觉；但没关系，第一次总是陌生的，多喝茶，累积品饮经验，自然可以打开味蕾之窗，迎接茶汤中美妙的阳光。

看紧荷包，小心出手。茶商泡茶让你试喝，之后会为你讲一连串茶的故事，要是听到正确的讯息，那么你可以累积买茶的功力，否则就会误入歧途。例如，你喝到的茶混有人工的化学香料，商家却硬要说这是高难度制茶的血汗结晶，并借机拉高茶价。在“贵就是好”的心理作用下，你将付出不合理的学费。

我用二十年的品饮经验，帮助你打开味蕾之窗，帮你找到每一种茶的正确身份证。同时，我将茶叶价格的管控机制传授给你，让你买茶功力大增，聪明喝好茶！



池宗憲

目 录

自序 茗恋	1
-------------	---

第一篇 识茶篇

一 进入中国茶的世界	005
------------------	-----

茶的品种 005

产地的影响 007

气候与采茶季节 009

人为的制茶技术 012

二 中国茶的种类	015
----------------	-----

不发酵茶 016

绿 茶 016

半发酵茶 017

青 茶 017

后发酵茶 018

普洱茶 018

黄 茶 019

白 茶 019

全发酵 019

红 茶 019

黑 茶	021
三 老师傅与茶叶的肌肤之亲	025
从茶青到成茶	025
搅 拌	026
杀 青	026
揉 捻	027
覆 炒	027
神奇的烘焙	028
四 挑选适合自己的茶	031
选购茶叶的要领	032
五 茶叶的保存	037
藏茶以茶为本	038

第二篇 品茶篇

六 如何品茶	045
色香味三部曲	045
色——茶汤的颜色	045
香——闻香	046
味——味韵缠绵	046
找出你的品茶口感	048
绿 茶	048
白 茶	049
黄 茶	049
青 茶	049
普洱茶	050
为茶加分的茶点搭配	051

甜食与茶的搭配	052
依茶发酵程度不同的搭配	052
佐餐的搭配	053
七 泡好茶的八大守则	057
泡好茶有诀窍	057
一、选好茶	058
二、用好水	058
三、选壶器	058
四、选杯器	059
五、置茶量	060
六、水温	060
七、浸泡时间	060
八、注水的速度	061
八 享用好茶的第一步 识水	063
好水何处寻	064
台东长滨八仙洞	064
彰化县红毛井	065
宜兰石泉午时水	065
改善水质的妙方	066
陶瓷缸净水除氯	066
选用净水机	066
矿泉水要看水源地	067
茶与水的搭配	067
掌握煮水火候	068
煮水器具的影响	069
老嫩之辨有诀窍	070
九 选一把好壶	073

壶的材质 073

泡茶利器紫砂壶 074

如何选紫砂壶 075

材 质 076

烧结温度 077

器 型 078

紫砂壶之外 079

十 泡茶的技巧..... 083

盖杯冲泡的步骤 085

温 杯 085

置 茶 085

冲 泡 085

轻 搅 085

拿杯倒茶 085

盖杯冲泡的秘诀 086

盖杯的正确姿势 086

盖杯冲泡时不同茶类的注意事项 086

茶壶冲泡的技巧 088

用茶壶冲泡的姿势 088

用茶壶冲泡的注意事项 088

第三篇 赏茶篇

十一 大陆茶区与台湾茶区..... 093

大陆茶区 093

江北茶区 093

江南茶区 094

西南茶区 095

华南茶区 095

台湾茶区 095

十二 吸吮春天的鲜嫩 绿茶..... 099

西湖龙井 099

顾渚紫笋茶 101

安吉白片 102

开化龙顶 103

碧螺春 104

黄山毛峰 105

六安瓜片 106

恩施玉露 107

安化松针 107

信阳毛尖 108

峨嵋毛峰 109

婺源绿茶 109

云南绿茶（滇绿） 110

滇 青 111

都匀毛尖 112

紫阳茶 113

漓江银针 114

十三 追忆似水年华 白茶..... 117

白毫银针 118

白牡丹 119

寿 眉 119

十四 皇室的余晖 黄茶..... 121

君山银针 122

霍山黄芽 123

蒙顶黄芽 123

十五 东方的黄金之水 青茶..... 125

文山包种茶 125

木栅铁观音 127

安溪铁观音 129

冻顶乌龙茶 130

阿里山高山茶 131

杉林溪高山茶 132

梨山高山茶 133

金 萱 134

白毫乌龙 135

大红袍 137

铁罗汉 138

水金龟 139

白鸡冠 140

肉 桂 141

老枞水仙 142

凤凰单枞水仙 143

十六 身价由黑翻红 黑茶..... 145

普洱七子饼茶 146

普洱散茶 147

普洱砖茶 148

普洱沱茶 149

普洱紧茶 150

香竹筒茶 151

十七 玫瑰风华甜蜜蜜 红茶..... 153

祁门红茶 154

滇红	154
正山小种	155
水沙连红茶	156
十八 花香与茶香的奏鸣曲 花茶	157
十九 无可取代的王者风范 大红袍	161
二十 远近驰名 台湾高山乌龙茶	167
阿里山高山茶	168
梨山高山茶	170
杉林溪高山茶	171
如何辨别高山茶	172
二一 后起之秀 云南野生普洱茶	175
出版后记	179



识茶篇

◆ 第一篇 ◆





一 进入中国茶的世界

茶像个隐士，沉稳内敛寡言，让人看不清他的真面目，但静静等待着有心人或有缘人与他对话。若是遇到了知心人，这位隐士将会散发出迷人的气息，让你如沐春风。

茶隐士，并非摸不透看不清，更不是一般人所戏称的“乌面贼”，只要了解他的内在与外在，那么，跟这位茶隐士交朋友，一点都不难。

内在因素，就是茶的品种。

外在因素，就是影响茶品质的天、地、人三元素。

茶的品种

就茶的品种来看，许多喝茶的人可能永远都弄不清楚，原来品种已经决定了口味。品种的特点是品饮者辨识口感的要素，也是影响茶风味的重要因素。

尽管同一品种的茶可以制成许多不同的成品茶；而一般的茶包装上面所