

· Kelly 老师的红茶学苑 ·

英式下午茶的慢时光

杨玉琴◎著



维多利亚式的红茶美学 + 冲泡美味红茶的黄金法则

中原出版传媒集团
大地传媒

河南科学技术出版社

·Kelly 老师的红茶学苑·

英式下午茶的 慢时光

维多利亚式的红茶美学 + 冲泡美味红茶的黄金法则

杨玉琴 著

河南科学技术出版社
·郑州·

中文简体版通过成都天鸢文化传播有限公司代理，经漫游者文化事业股份有限公司授予河南科学技术出版社有限公司独家发行。非经书面同意，不得以任何形式，任意重制转载。

本著作限于中国大陆地区发行。

版权所有，翻印必究

备案号：豫著许可备字-2015-A-00000529

图书在版编目（CIP）数据

英式下午茶的慢时光 / 杨玉琴著. — 郑州：河南科学技术出版社，2017.7
ISBN 978-7-5349-8795-3

I. ①英… II. ①杨… III. ①茶文化-英国 IV. ①TS971.21

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第144655号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：(0371) 65737028 65788613

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：刘 欣

责任编辑：葛鹏程

责任校对：马晓灿

封面设计：张 伟

责任印制：张艳芳

印 刷：北京盛通印刷股份有限公司

经 销：全国新华书店

幅面尺寸：170 mm × 230 mm 印张：8 字数：150千字

版 次：2017年7月第1版 2017年7月第1次印刷

定 价：49.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系并调换。

目录 Contents



序 徜徉红茶文化之美的旅程	2
下午茶 TQ 测一测——检视你的茶品位	10



下午茶的原点—— 品味维多利亚时代的优雅

维多利亚式饮茶	14
品位与富裕的象征	14
贝德芙公爵夫人引领下午茶风尚	15
品茶与阶层	16
Let's Enjoy Tea Party 英国红茶文化的萌芽	21
17 世纪中叶：葡萄牙公主带来饮茶习惯	22
18 世纪：安妮女王提升饮茶内涵	22
19 世纪：维多利亚女王带动茶会风潮	23
英式茶会守则	24



It's Tea Time 英国人的饮茶时间 26

一日红茶生活 26

实用饮茶礼节 30

Tea Time Column 下午茶 = 自助餐? 33



时尚英伦下午茶—— 必访经典茶馆

英伦时尚下午茶 38

英式饭店下午茶的特色 38

正统英式三层架点心 40



The Ritz London

伦敦丽兹酒店——历史悠久的百年老店 42

The Savoy Hotel

伦敦萨伏伊饭店——英国仕女餐饮社交活动的推手 45



The Goring Hotel

伦敦戈林酒店——皇室御用新秀 48

Betty's Cafe Tea Room

贝蒂茶馆——传统古城的骄傲 51

Tea Time Column 台湾茶馆私房推荐 54



时髦风尚茶生活—— 提升品位、尽享茶趣 超人气茶品牌推荐

品牌茶是什么? 62

经典贵族风尚 63

唐宁 Twinings 征服皇室与文艺界人士挑剔味蕾的极品红茶 64

福特南 - 梅森 F&M 展现皇室贵族风范的经典红茶品牌 65

玛丽亚乔 Mariage Frères 传递百年历史的法国红茶骄傲使者 66

赫迪亚 Hediard 表现卓越调茶师手艺的高品质红茶 67





TWG	充满高级香氛气息的高贵红茶品牌	68
品味温馨生活		69
立顿 Lipton	世界上最受人喜爱的红茶品牌	70
泰勒 Taylors of Harrogate	传递英格兰传统浓郁滋味	71
帝玛 Dilmah	来自纯净红茶大国的新鲜滋味	72
日东红茶 Nittoh	日本第一的国民品牌茶	73
卡蒂萨克 Cutty Sark	随时都能轻松享受红茶文化的品牌	74
Tea Time Column	造型多样的红茶包	75
轻松成为红茶达人的四部曲		76
红茶小常识 ①	红茶、绿茶、乌龙茶有何不同?	76
红茶小常识 ②	茶叶等级如何分辨?	80
红茶小常识 ③	产地茶、混调茶、风味茶有何不同?	83
红茶小常识 ④	如何挑选茶款搭配点心?	84
Tea Time Column	福特南 - 梅森 (F & M) 竹篮——百年人气不减的伴手礼	86



PART
4

属于你的一周下午茶—— 独享或分享皆美好的红茶滋味

维多利亚品茶法 90

细说黄金法则 91

泡红茶的基本器具 92

一起冲泡红茶吧！ 94

选择茶杯小诀窍 94

基础热红茶 96

基础冰红茶 98

基础锅煮奶茶 100



享受一周下午茶的美好时光 102

茶包周一 103

宠爱周二 104

淑女周三 105

窈窕周四 106



约会周五107

派对周六108

团圆周日110

特别日子的疗愈系红茶111

“好朋友”来的时候——姜汁红茶112

心情低落的时候——肉桂奶茶113

睡不好的时候——玫瑰花茶114

Tea Time Column 一起来办家庭派对!115



附录1 常见红茶特色说明表116

附录2 红茶搭配大师——与各种食材的搭配指南120

·Kelly老师的红茶学苑·

英式下午茶的 慢时光

维多利亚式的红茶美学 + 冲泡美味红茶的黄金法则

杨玉琴 著

河南科学技术出版社

·郑州·

序



徜徉红茶文化 之美的旅程

英式下午茶是由漂亮的茶具、点心和轻松的气氛构建而成的优雅世界。除了三层点心架的固定印象，深入了解就会知道，无论是轻松的一个人、讲究的两个人或是叽叽喳喳的一群人，都能找到简单自在的方式享受下午茶。如何将这样的美好带入生活，是从事红茶工作 15 年、担任讲师的我最想做的一件事。在台湾谈英式红茶的书很少，谈维多利亚式下午茶的书更清一色是来自国外的翻译书，因为生活方式与阅读习惯不同，我发觉总有些板块无法引起共鸣，因而想写一本适合华人阅读的下午茶图书，这成为启动这本书写作的契机。

我在日本学习时，走遍各式红茶馆，品尝世界各国品牌红茶，参加各种讲座，种种经验让我突破原本的框架，懂得从更宽广的角度去欣赏红茶。经过一段时间的积累，我慢慢地将目光从桌上的红茶、点心、茶具古董和礼仪，延伸到饮茶空间的形态与英国历史文化的层面。

我常在想，如果说红茶的成分与人体的健康、各国水质分析这样的课程像是一种科学教育的话，那么各种红茶的冲泡方法、红茶混调、英国点心的制作就像是实习课程了；而参加茶会的方法、如何当一个称职的主人与受欢迎的客人、茶会礼仪可以归类为社会课程的话，那么古董银器鉴赏与维多利亚时代的知识也可称为人文历史课程。各种类型的红茶课程集中起来，或许就是 200 多年前女孩们所受的完整教育吧！

从单纯探索一杯红茶的美味，到了了解这杯红茶对整个时代的影响力，这个过程对我而言是不可思议的，这些看似与红茶无关的维多利亚时代的生活文化，跨越时空内化成为我后来教学时的重要内容，让我能以更贴近生活的方式，将古代的繁文缛节说得简单有趣，也让我在不知不觉中喜欢上追究每一件事情发生的原因，在现代不同的时空背景下更容易理解与学习。

除了最初的半年待在日本学习红茶之外，我至今也不断前往日本和英国参加各种红茶茶会和研讨会，除了持续拓展视野、吸收新知，更因此有机会结识各个领域的专家、各具特长的红茶老师与茶界的前辈们，与他们愉快品茶谈天的过程，让我更深刻体会到英国下午茶最重视与人交流的意义，我想，这是因为爱红茶而得到了重要的人生宝藏。

最后，我要谢谢引领我进入红茶世界的卡蒂萨克公司林总——给了我许多探索与学习的机会，谢谢给我鼓励的红茶教室里的所有学员朋友，以及总是默默支持我的 Jeff 哥，还有经纪人文琼姐——相信我可以超越不纯熟的文字障碍完成本书。

希望看到本书的你，可以因为每一杯红茶的滋润，让生活更愉快精彩。

要不要一起喝杯茶？



杨玉琴 (Kelly)

目录 Contents



序 徜徉红茶文化之美的旅程	2
下午茶 TQ 测一测——检视你的茶品位	10



下午茶的原点—— 品味维多利亚时代的优雅

维多利亚式饮茶

14

品位与富裕的象征

14

贝德芙公爵夫人引领下午茶风尚

15

品茶与阶层

16

Let's Enjoy Tea Party 英国红茶文化的萌芽

21

17 世纪中叶：葡萄牙公主带来饮茶习惯

22

18 世纪：安妮女王提升饮茶内涵

22

19 世纪：维多利亚女王带动茶会风潮

23

英式茶会守则

24



It's Tea Time 英国人的饮茶时间 26

一日红茶生活 26

实用饮茶礼节 30

Tea Time Column 下午茶 = 自助餐? 33



时尚英伦下午茶—— 必访经典茶馆

英伦时尚下午茶 38

英式饭店下午茶的特色 38

正统英式三层架点心 40



The Ritz London

伦敦丽兹酒店——历史悠久的百年老店 42

The Savoy Hotel

伦敦萨伏伊饭店——英国仕女餐饮社交活动的推手 45

目录 Contents



The Goring Hotel
伦敦戈林酒店——皇室御用新秀 48

Betty's Cafe Tea Room
贝蒂茶馆——传统古城的骄傲 51

Tea Time Column 台湾茶馆私房推荐 54



时髦风尚茶生活—— 提升品位、尽享茶趣 超人气茶品牌推荐



品牌茶是什么? 62

经典贵族风尚 63

唐宁 Twinings 征服皇室与文艺界人士挑剔味蕾的极品红茶 64

福特南 - 梅森 F&M 展现皇室贵族风范的经典红茶品牌 65

玛丽亚乔 Mariage Frères 传递百年历史的法国红茶骄傲使者 66

赫迪亚 Hediard 表现卓越调茶师手艺的高品质红茶 67



TWG 充满高级香氛气息的高贵红茶品牌 68

品味温馨生活 69

立顿 Lipton 世界上最受人喜爱的红茶品牌 70

泰勒 Taylors of Harrogate 传递英格兰传统浓郁滋味 71

帝玛 Dilmah 来自纯净红茶大国的新鲜滋味 72

日东红茶 Nittoh 日本第一的国民品牌茶 73

卡蒂萨克 Cutty Sark 随时都能轻松享受红茶文化的品牌 74

Tea Time Column 造型多样的红茶包 75

轻松成为红茶达人的四部曲 76

红茶小常识 ① 红茶、绿茶、乌龙茶有何不同? 76

红茶小常识 ② 茶叶等级如何分辨? 80

红茶小常识 ③ 产地茶、混调茶、风味茶有何不同? 83

红茶小常识 ④ 如何挑选茶款搭配点心? 84

Tea Time Column 福特南 - 梅森 (F & M) 竹篮——百年人气不减的伴手礼 86



PART
4

属于你的一周下午茶—— 独享或分享皆美好的红茶滋味

维多利亚品茶法 90

细说黄金法则 91

泡红茶的基本器具 92

一起冲泡红茶吧！ 94

选择茶杯小诀窍 94

基础热红茶 96

基础冰红茶 98

基础锅煮奶茶 100



享受一周下午茶的美好时光 102

茶包周一 103

宠爱周二 104

淑女周三 105

窈窕周四 106