

中国



茶

文化趣谈

【康乃◎主编】

饮茶作为一种高雅而恬淡的休闲活动，不仅有利于身体健康，也是人生的大乐趣。休闲在家，呷一杯香茗，品尝着茶的清香，读书看报，觉得神清气爽，气定神闲；与亲人促膝品茗，谈笑风生，其乐融融；坐在茶楼，和几个知心朋友共饮一壶好茶，谈天说地，道古论今，惬意无比。本书旨在为读者提供一本作为谈茶论道的知识性读物，以便开阔视野，丰富茶的话题，增加饮茶的兴趣和情趣。



中国旅游出版社

中国茶文化趣谈

A stylized illustration of a tea ceremony. It features a dark, rounded teapot with a curved spout and a handle, and a matching teacup. Above the teapot, a pair of tongs is shown holding a tea leaf. The entire illustration is rendered in a dark, ink-like style.

主编 康 乃

中国旅游出版社

责任编辑：郭海燕

封面设计：赵 芳

责任印制：闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

中国茶文化趣谈 / 康乃主编. - 北京: 中国旅游出版社, 2006. 5
ISBN 7 - 5032 - 2882 - 2

I. 中... II. 康... III. 茶 - 文化 - 中国 - 通俗读物
IV. TS971 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 031899 号

书 名: 中国茶文化趣谈

主 编: 康 乃

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@ccta.gov.cn

发行部电话: 010 - 85166507 85166517

排 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京市朝阳区小红门印刷厂

版 次: 2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

开 本: 720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张: 14.75

印 数: 1 - 5000 册

字 数: 200 千

定 价: 26.00 元

I S B N 7 - 5032 - 2882 - 2/G · 806

版权所有 翻印必究

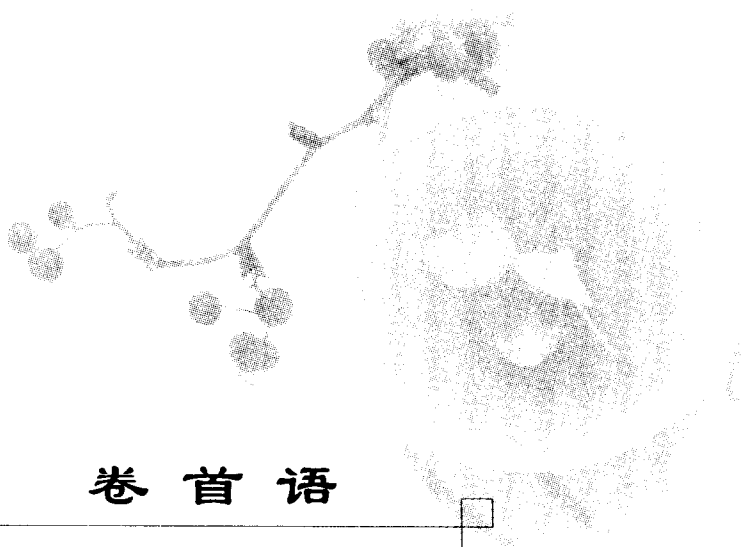
如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

本书编委会

主 编：康 乃

副主编：赵 焱 安瑞华

编 委：孙卫华 连贯怡 赵铁帆 邓薇薇



卷首语

中国是茶叶的故乡，饮茶有着悠久的历史。饮茶作为一种高雅而恬淡的休闲活动，不仅有利于身体健康，也是人生的一大乐趣。休闲在家，呷一杯香茗，品尝着茶的清香，读书看报，觉得神清气爽，气定神闲；与亲人促膝品茗，谈笑风生，其乐融融；坐在茶楼，和几个知心朋友共饮一壶好茶，谈天说地，道古论今，惬意无比；走进茶艺馆，耳听着缠绵动听的歌曲，眼看着小姐精彩的茶艺表演，品味着各种名茶的独特芬芳，更是优哉游哉，不亦乐乎！

近些年来，饮茶更成为很时尚的事情，都市里的茶肆林立，被视为中产阶层和“小资”们交往的主要场所。在饮茶之余常常谈到有关茶的话题，如有关茶的传说、茶的来历、各国各民族的饮茶习惯、饮茶养生等等。本书旨在为读者提供一本作为谈茶论道的知识性读物，以便开阔视野，丰富茶的话题，增加饮茶的趣味和情趣。

壹

茶 事茶艺篇

- 茶树的故乡在中国·2
- “茶”名称的几种变化·3
- 茶叶家族的成员·5
- 中国的十大名茶·8
- 如何理解茶文化·9
- 中国茶道的源流和衍变·10
- 中国茶道的精髓·15

- 从“吃茶去”看“茶禅一味”·17
- 中国古代的斗茶·19
- 异彩纷呈的茶联·21
- 中国茶具的演变·24
- 茶具冠冕紫砂壶·26
- 饮茶的保健作用·30
- 选购茶叶的妙招·32

贰

名 茶 传说篇

- 龙井茶的传说·36
- 惠明茶的传说·37
- 雁荡毛峰的传说·39
- 四明十二雷的传说·40
- 乌牛早茶的传说·41
- 九曲乌龙茶的传说·42
- 开化龙顶茶的传说·43
- 普陀佛茶的传说·44
- 碧螺春的传说·46
- 宜兴阳羡茶的传说·48
- 雨花茶的传说·48
- 六安瓜片的传说·49
- 黄山毛峰的传说·50
- 太平猴魁的传说·52

- 敬亭绿雪的传说·53
- 小兰花茶的传说·54
- 涌溪火青的传说·55
- 祁门红茶的传说·56
- 铁观音的传说·57
- 白牡丹茶的传说·58
- 白毫银针的传说·59
- 佛手茶的传说·60
- 大红袍的传说·61
- 武夷水仙茶的传说·62
- 水金龟茶的传说·64
- 不知春的传说·65
- 野藤茶的传说·66
- 福鼎大白茶的传说·67

茉莉花茶的传说·68
 信阳毛尖的传说·69
 冻顶乌龙茶的传说·71
 蒙顶茶的传说·72
 鹤鸣仙茶的传说·73
 花秋贡茶的传说·74
 抗贡茶的传说·75
 景星碧绿茶的传说·76
 普洱茶的传说·77
 庐山云雾茶的传说·78
 周打铁茶的传说·79

新江羽绒茶的传说·80
 君山银针的传说·81
 碣滩茶的传说·82
 虎狮茶的传说·82
 仙人掌茶的传说·83
 苗岭云雾茶的传说·84
 天子茶的传说·85
 午子仙毫茶的传说·86
 崂山石竹茶的传说·87
 武夷山茶洞的传说·89
 乌龙茶起源的传说·90

参

名人茶缘篇

神农氏是茶的鼻祖·94
 晏婴爱吃“茶菜”·95
 诸葛亮也是茶圣·96
 “以茶代酒”源自孙皓·97
 桓温清茶待客藏诡计·98
 “茶圣”陆羽的传奇·99
 唐德宗下令征茶税·101
 李德裕辨水的得与失·102
 白居易是辨茶能手·104
 卢仝的饮茶诗·105
 陆龟蒙自备茶园·107
 范仲淹与《斗茶歌》·109
 王安石明辨巫峡水·111
 蔡襄制作龙团茶·112

蔡襄品茶辨雌雄·113
 欧阳修饮茶的“五佳境界”·114
 蔡京三次改革茶税·115
 苏轼蹭蹭仕途不忘茶·116
 黄庭坚为“双井茶”扬名·118
 李清照夫妇以茶助兴·120
 赵佶撰写《大观茶论》·121
 陆游嗜茶寄壮怀·122
 杨万里饮茶的“味外之味”·124
 郑思肖与“八罐茶”·125
 朱元璋三进灵山寺·126
 文徵明凭“竹符”买水·127
 徐渭穷困不忘饮茶·128
 张岱创制“兰雪茶”·129

黄宗羲与瀑布茶·131
蒲松龄摆茶摊收集故事·132
郑板桥清寒嗜饮茶·133
乾隆“不可一日无茶”·135
曹雪芹精于茶道·136
袁枚武夷品岩茶·138
纪昀“茶谜”解危难·140
慈禧用茶养生与安神·141
孙中山以茶壮士气·141
毛泽东爱喝龙井茶·142
周恩来吃龙井茶根儿·144
朱德与“红军茶”·145
陈毅为竹叶青命名·146

鲁迅喝好茶享“清福”·146
郭沫若的茶诗为茶传名·148
冰心常饮茉莉花茶·151
林语堂饮茶求闲适·152
老舍认为“茶是女性的”·154
梁实秋买茶不问价钱·155
马一浮自己设计茶具·156
张恨水的陪都茶情·158
周作人的“苦茶诗”·159
陈香梅的茶情结·161
阿炳与茶的不解之缘·163
贾平凹大杯饮茶·164
林清玄欣赏“无我茶会”·166

茶 饮 风俗篇

北京的大碗茶·170
羊城的早茶·171
成都的茶馆和盖碗茶·172
潮汕地区的功夫茶·173
潮汕地区的女子茶·174
武当山的太极养生功夫茶·175
昆明的九道茶·176
秦淮河上的水上茶舫·177
江苏周庄的阿婆茶·177
苏州的香味茶·178
江浙闽人的施茶·179
徽州人的“吃三茶”·180
湖州的“吃讲茶”·181

河州人的“刮碗子”·182
藏族的酥油茶·183
蒙古族的奶茶·184
回族的盖碗茶·185
回族的罐罐茶·186
白族的“三道茶”·187
土家族的擂茶·188
苗族的八宝油茶·189
苗族的百抖茶·190
瑶胞用油茶待客·190
维吾尔族的香茶·191
哈萨克族的酸奶茶·192
裕固族的摆头茶·193

傣族的竹筒香茶·194

拉祜族的姑娘茶·194

景颇族的竹筒腌茶·195

佤族的铁板烧茶·196

哈尼族的土锅茶·197

纳西族的龙虎斗·198

怒族的盐巴茶·198

布朗族的酸茶·199

基诺族的凉拌茶·200

侗族的打油茶·200

侗族的豆茶·201

德昂族的择偶茶和回心茶·202

彝族的“雷响茶”·203

彝族俐佬人的谢客茶·204

云南西部的离婚饮茶习俗·205

附录：外国饮茶风俗·206

韩国的传统茶·206

日本人爱喝冷饮麦茶·207

新加坡的“长茶”·207

英国的下午茶·208

美国的冰茶·209

法国的茶室比餐馆多·209

德国没有茶叶的花茶·210

俄罗斯茶炊泡茶·210

摩洛哥人爱喝薄荷茶·211

印度人喜欢“舔茶”·212

土耳其饮用糖茶·212

巴基斯坦人爱饮牛奶红茶·213

阿富汗人围着茶炊喝茶·214

伊朗人饮茶不见茶·214

阿根廷的马黛茶·215

丹麦的花果茶·216

茶 保健篇

清热解毒的苦丁茶·218

养颜补血的枸杞红枣茶·219

解毒明目的菊花枸杞茶·220

“南方人参”——绞股蓝茶·220

清热解毒的金银花茶·221

老少皆宜的菊花茶·222

太湖的熏豆茶·223

扶正固本的灵芝茶·224

怡心提神的养生茶·225

苗族的万花茶·225

参考资料·227

茶

事茶艺篇

壹





茶树的故乡在中国

最初，世界上仅有中国和印度有茶树生长。1598年，一位名叫林斯柯顿的荷兰游客到印度游历，在阿萨姆东北的沙地耶地区的丛林中，见到印度人将一种树叶与咖喱煮着当菜吃，也泡水喝。可是当时他们并没有认识到这是一种茶树。到了1833年，驻扎在印度的英国少校布鲁斯和他的弟弟查尔斯，为了争夺印度从中国进口茶叶的利润，成立了一个经营茶叶的组织，并派遣查尔斯到中国购买茶树种子8万颗，在加尔各答植物园种植。茶树成苗后运到印度的阿萨姆栽种。布鲁斯为此从中国请来两位制茶专家帮忙。就这样，中国的茶树开始在印度落地生根，才减少了从中国进口茶叶的数量。可见印度的茶树是从中国引进的，中国是世界上独有的茶树故乡。

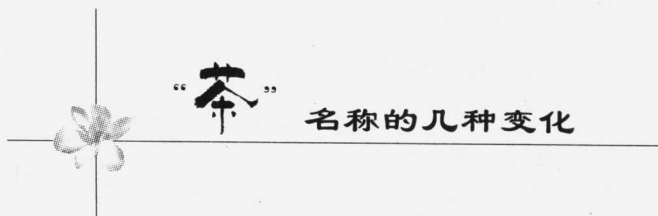
对于茶的故乡在中国的问题，印度有人提出异议。他们的理由是印度的野生茶树长得树高叶大，而中国茶树树矮叶小，因此断定印度是茶树的原产地。其实，茶树是一种常绿木本植物，分为乔木型和灌木型两种。前者树高达15米以上，后者树高仅有1米左右。灌木型茶树是为了采摘茶叶方便，通过修剪的手段抑制茶树向上生长而加工而成。我国古代野生大茶树遍及南方诸省，特别是云、贵、川等省多有发现。1961年，在海拔1500米的云南省勐海县大黑山密林中，发现了一株树高32.12米、胸围2.9米的野生大茶树，树龄已有1700多年。在海拔2190米的云南省澜沧县原始森林中，也有一株高21.6米、胸围1.9米的野生大茶树。在陕西汉中还有600多年前的“茶树王”。这些古老的大茶树就是我国古代大茶树的宝贵遗存。

从一些史籍上看，早在公元前200年左右的《尔雅》中就提到过我国的野生大茶树。唐代茶圣陆羽在《茶经》中就指出“巴山峡川，有两人合抱”的大茶树。据《华阳国志·巴志》记载：周武王伐纣时，占据了巴蜀之地，当地部落酋长就曾以“香茗”（茶叶）等物给周武王进贡。可见，人工种植茶叶早在3000多年前的周武王伐纣时期就已经技术成熟。宋代沈括的《梦溪笔谈》中就写道“建茶皆乔木”，说明当年建州的茶树还是大茶树。明代的《广西通志》指出当地产的白毛茶“树之大者高二丈，小者七八尺。嫩叶如银针，老叶尖长，如龙眼树叶而薄，背有白色茸毛，故名，概属野生”。如今全

国在南方各省发现将近 200 处有野生大茶树。

1935 年，印度茶业委员会组织了一个科学调查团，聘请了几位知名植物学家参与，对印度发现的野生茶树进行了调查研究。结果证明印度阿萨姆沙地耶地区的野生茶树与从中国引进印度的茶树同属中国变种，其中的差异属于长久野生的缘故。到了 20 世纪后期，日本植物学家志村桥、桥本实关于茶树的研究报告中，通过对茶树细胞染色体的比较，指出中国种茶树和印度种茶树染色体数目都是相同的。这就证明在细胞遗传学上两者并无差异。最后结论是茶树的原产地在中国的云南、四川一带。

综上所述，我国目前遗存的野生大茶树，在树龄长、树干粗、数量多、分布广等方面都是其他国家无法比肩的，印度茶树也是从我国引进的，中国是真正的茶的故乡。



“茶”

名称的几种变化



在我国古代的典籍中，茶有五六个名称。或许有人认为，在漫长的历史长河中，任何一种事物出现名称的变化都不足为奇，不过对于“茶”名称的演变却不可等闲视之。因为“茶”字的字、形、义、音的变化直接影响着各个语种对“茶”的音译，世界各个语种的“茶”，都是从中国对外贸易港口所在地广东、福建的一些“茶”的方言音译转变而来。这就从一个侧面证实了茶叶源自我国的问题。

在我国古代，根据《茶经》提供的资料，表示茶的字有多个，“其字，或从草，或从木，或草木并。其名，一曰茶，二曰檟（音 gǔ），三曰蔎（音 shè），四曰茗，五曰蔎（音 chuǎn）”。这五个字在古代都表示茶的意思。我们今天的“茶”是从“茶”演变过来的。

在这五个茶的名称中，“茶”是唐代以前最普遍的称谓。根据《尔雅·释草第十三》的解释，“茶，苦菜”。《诗经·国风·邶风》中的“谁谓荼苦，其甘如荠”的“茶”，《诗经·国风·豳风·七月》中的“采茶薪樗（樗，音 chū，臭椿）”中的“茶”，都是苦菜的意思。以“苦菜”称“茶”，主要是取



自茶的苦味。《尔雅·释木第十四》中指出：“檟，苦茶。”“檟”是木字旁，则进一步指出了这种“苦茶”是木本的，说明“苦茶”不是草本的苦菜，而是一种木本的苦味的东西。《说文解字》中称“檟，楸也，从木、贾声”。而古代的“贾”有“jiǎ”和“gǔ”两种读音，“gǔ”与“茶”读音相近，因茶为木本而非草本，遂用檟（gǔ）来借指茶。

对于“葢”的称谓，《说文解字》里指出：“葢，香草也，从草设声。”用“葢”来称呼茶，主要是取自它的香气，这种称谓带有巴蜀地区的方言语音。

至于“茗”、“薺”的称谓，较为少见。徐铉校订的《说文解字》称：“茗，茶芽也。从草名声。”可见“茗”是指茶树的嫩芽，也称“茶茗”。

《茶经·五之煮》写道：“其味甘，檟也；不甘而苦，薺也；啜苦咽甘，茶也。”《魏王花木志》中称：“茶，叶似梔子，可煮为饮。其老叶谓之薺，嫩叶谓之茗。”由此不难看出，“薺”是指粗老茶叶，苦涩味较重。茶、檟、葢、茗、薺都是茶的名称，只是其侧重面有所不同。

其实这几个字的读音并不与“茶”相干，那么后来“茶”字和“chá”的读音是怎么出现的呢？唐代的陆德明在《经典释文》中称：“茶，埤苍作搽。”《埤苍》是三国时期魏国张揖所著的训诂著作，看来在三国时期就出现了将“茶”读作“搽”（chá）的读音。到南北朝时期，“茶”和“搽”出现过一段读音混乱阶段，即“搽”（tú）形改音未改，“茶”（chá）音改形未改。

随着唐代饮茶受到重视，促进了茶叶生产的发展，有关茶的文字记载也越来越频繁，茶的文字的使用频率也越来越高。因此，民间的书写者就将“茶”字减去一画，将“搽”去掉了手字旁，就成了现在看到的“茶”字。但是真正得以确认的，还是唐代陆羽在《茶经》里（大约758年）将“茶”字改写成“茶”，此后，“茶”、“搽”就都由“茶”来代替了。这是陆羽的一大贡献。唐代会昌元年（841年），柳公权书写《玄秘塔碑帖》将“茶”字少写了一笔；大中九年（855年），裴休书写的《圭峰禅师碑》也写成了“茶”字。就这样“茶”字才得以确认，沿用至今。



中国的茶叶大体分为绿茶、红茶、青茶、花茶、白茶、黑茶和黄茶七类。

绿茶，又称不发酵茶，因干条绿、叶底绿、茶汤绿而得名。它是以茶树的新鲜芽苞为原料，经过杀青、揉捻、干燥等工艺流程制成的茶叶。在制作的流程中，依照不同的加工方法，绿茶分为炒青、烘青、晒青和蒸青等几种。

用蒸汽杀青的绿茶为蒸青绿茶。这种绿茶的外形为深绿色，茶汤黄绿，略有青涩味。这种茶产量极少，主要品种有恩施玉露（产于湖北恩施）和中国煎茶（产于浙江、福建和安徽等省）。

用铁锅炒青的绿茶，在干燥的流程中，又分为炒干、烘干和晒干等三种。

炒干绿茶外形带有银灰透绿的色泽，茶汤有焦糖香味。如西湖龙井、黄山毛峰、旗枪、碧螺春、雨花茶、信阳毛尖、庐山云雾等都属于炒青茶。

烘干绿茶外形色泽深绿，茶汤香气馥郁。如太平猴魁、六安瓜片、敬亭绿雪、顾渚紫笋、峨眉毛峰、金水翠峰、南糯白毫等都属于烘青茶。

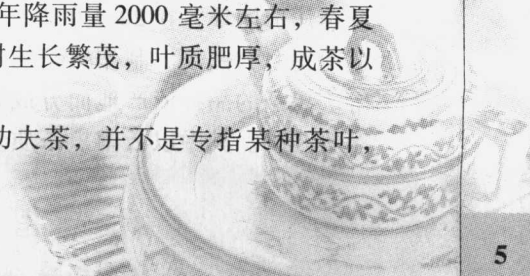
晒干绿茶是用日光晒干的，色泽墨绿或黑褐，汤色橙黄。以云南的“滇青”品质为最好，其他的如四川的“川青”、贵州的“黔青”、广西的“桂青”等也都不错，只是略逊于“滇青”。

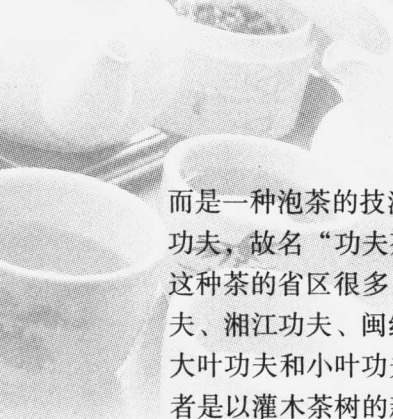
绿茶较多地保留了新鲜茶叶的天然物质，对防衰老、防癌、抗癌、杀菌、消炎等均有特殊效果。

红茶属发酵茶类。以茶树新芽叶为原料，经萎凋、揉捻、发酵、干燥等工艺过程制作而成。红茶因干茶叶色泽发红、茶汤红润而得名。其品种有武夷山的小种红茶、功夫红茶和红碎茶等。

小种红茶是福建省的特产，主要产区在武夷山市。产地在武夷山北部，海拔1000多米，冬暖夏凉，年均气温18℃，年降雨量2000毫米左右，春夏之间整天云雾缭绕，加之茶园土质肥沃，茶树生长繁茂，叶质肥厚，成茶以松枝熏干，具有烟熏风味，显得品质非常好。

功夫红茶是我国特有的红茶品种。所谓功夫茶，并不是专指某种茶叶，





而是一种泡茶的技法。由于这种泡茶的方式极为讲究，操作起来需要一定的功夫，故名“功夫茶”，此功夫即是一种冲泡的学问、品饮的境界。我国生产这种茶的省区很多，出产的品种有滇红功夫、祁门功夫、浮梁功夫、宁红功夫、湘江功夫、闽红功夫、台湾功夫、江苏功夫和粤红功夫等。其品种还有大叶功夫和小叶功夫之分，前者是以乔木或半乔木茶树的新鲜叶芽制成，后者是以灌木茶树的新鲜叶芽制成的。

红碎茶是20世纪50年代从国外引进的花茶品种，主要产区在云南、广东、海南、广西等省区。

花茶又叫熏花茶、香花茶、香片。它是以绿茶、红茶、乌龙茶茶坯和具有芬芳香气的鲜花为原料，采用窈制工艺制作而成的茶叶。因为带有花的芳香而称之为花茶。花茶的品种有茉莉花茶、玉兰花茶、珠兰花茶、桂花茶、玫瑰红茶等几种。花茶的主产区在福州、苏州、南京、台北、杭州、成都等地。花茶是集茶味与花香于一体的再加工茶，茶香与花香互为表里，相得益彰。品饮花茶能使人觉得茶香盈口，花香留于齿颊间久久不去，给人一种心神宁静、气定神闲的感觉。

青茶，又名乌龙茶，属于半发酵茶。这种茶是由宋代的龙团茶、凤饼茶演变而来的，创制于清代雍正年间。根据福建《安溪县志》记载，是一个泉州安溪人在清代雍正三年（1725年）研制出乌龙茶，后来才传入闽北和台湾，得以推广。乌龙茶的制作综合了绿茶和红茶的制法，使得它的味道具有绿茶的馥郁和红茶的甜醇。主要品种有铁观音、大红袍、台湾冻顶茶等几种。乌龙茶有分解脂肪、减肥健美的功效，故而被称作“美容茶”、“健美茶”。

白茶属微发酵茶。因其芽头披着白毫，呈银白色，故名白茶。这是因为新采摘的茶，只经过杀青，不揉捻，使得白毫显露，成为白茶。白毫银针、白牡丹等都是白茶。白茶的产区在福建省的一些县市，以福鼎、政和白茶最负盛名。白茶的保健作用是预防脑血管病。因为白茶具有抗凝和促进纤溶作用，能改变高凝状态，且没有一般抗凝药物的副作用，对增进健康和预防疾病具有显著作用。

黑茶属非酵素性后发酵茶。这种茶主要销往西北边陲地区，又叫边销茶。最早出现在四川。为了长途运输，就需要压缩茶的体积，于是茶农们就将茶叶蒸压成团块。在20天的蒸压过程中，茶叶的颜色逐渐变成黑褐色，因其颜色而得名为黑茶。制作黑茶的基本工序是高温杀青、揉捻、堆积压缩和干燥等。黑茶的品种依产地而分成湖南黑茶、湖北老青茶、四川边销茶和云南黑茶等几种。其中以云南黑茶质量为最好，独具醇正香气，是用滇青毛茶发酵





后干燥而成的，又叫普洱茶。黑茶具有防治癌症、动脉硬化、糖尿病等功效。特别是对于减肥，防止脂肪在腹部堆积有着积极作用。

黄茶属于发酵茶类。在炒青绿茶的过程中，由于杀青、揉捻后干燥不足或不及时，茶叶的颜色变成了黄色，这就出现了黄茶的品种。它的制作与绿茶相近，只是多一道闷堆的工序。正是这个闷堆过程，才形成了黄茶。黄茶按原料、芽叶嫩度和大小可分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。黄芽茶有君山银针、蒙顶黄芽和霍山黄芽；黄小芽有北港毛尖、沩山毛尖、远安鹿苑茶、皖西黄小茶、浙江平阳黄汤等；黄大茶有安徽霍山、金寨、六安、岳西和湖北英山所产的黄茶和广东大叶青等。黄茶的产区主要在安徽霍山、浙江温州和莫干山以及四川名山县等地。黄茶的茶汤是纯黄色，透明鲜亮，十分美观。

如果按季节看，我国的茶叶可分为春茶、夏茶、秋茶和冬茶。春茶是指每年3月到5月间采摘的茶叶。这个季节温度适中，雨量充沛，茶芽肥硕，色泽翠绿，叶质柔软，滋味鲜活，营养丰富，香气馥郁，是质量最好的茶。夏茶是指每年5月至7月采摘的茶叶。这时天气炎热，茶芽生长迅速，营养较淡，带有苦涩味，香气不如春茶强烈。秋季茶是每年8月到9月采摘的茶叶。这个季节的茶叶新芽含有的营养物质相对减少，滋味和香气显得比较平和。冬茶是在每年的10月下旬开始采制。由于气候逐渐转冷，茶叶新芽生长缓慢，所含营养物质较多，滋味醇厚，香气浓郁，其质量仅次于春茶。

此外，还有一种**压茶**。属于普洱茶的一种。压茶就是压缩茶或称紧压茶，是由饼茶（圆饼形蒸压茶）、方包茶（被压缩为方形箆包的压缩茶）、茯砖茶（外形为长方砖形的压缩茶）、固形茶（调和压制成细条的固形条茶）和圆茶（外形圆整的蒸压茶，包装时每包7块，又称“七子饼茶”）等构成的。一般选用红茶或黑茶，经过蒸汽熏蒸变软再压缩成形、干燥，以便于运输、贮藏。这些紧压茶也属于茶家族中的成员，如同花茶一样属于加工茶，有别于自然生长的各种茶。





据统计中国有千余种茶叶，其中最有名的为10种，被推为“中国十大名茶”：

杭州龙井 属炒干绿茶，以“色绿、香郁、味醇、形美”享誉中外。产于浙江杭州的龙井村。根据所产地域分为“狮、龙、云、虎、梅”五个品种，以产于狮峰的龙井品质为最佳，称作“狮峰龙井”。

苏州碧螺春 属炒干绿茶，产于江苏苏州太湖的洞庭山。是用春天采摘的细嫩芽头炒制而成，因其白毫明显，色泽翠碧，卷曲成螺，故名“碧螺春”。

黄山毛峰 属炒干绿茶，产于安徽黄山的云谷寺、松谷庵、吊桥庵、慈光阁一带。炒制成的毛峰茶状如雀舌，香如兰花，味醇回甘，脍炙人口。

庐山云雾 产于江西庐山。庐山云雾茶芽肥厚，条索紧凑，茶汤清澈，浓香可口，被举为绿茶中的佼佼者。

六安瓜片 产于安徽西部大别山一带。因以六安所产的茶质最好，炒制后又呈瓜子状，故而得名。其色泽翠绿，香气清醇，具有解渴生津、增进消化的功效。

祁门红茶 属红茶，产地安徽祁门。条索苗秀，色泽乌润，气味清香持久，似果香，又似蕴藏的兰花香，其滋味鲜香醇厚。单独泡饮好喝，加入牛奶和糖调饮也很可口，香味不减。它与印度的“大吉岭”、斯里兰卡的“乌伐”并称为世界三大高山名茶。

白毫银针 属白茶，产于福建的建阳、建瓯和福鼎一带。因其茶色白如银，细长如针，故而得名。这种茶冲泡时，银针挺立，交错于茶汤之中，汤色橙黄清澈，滋味清香甜爽。

武夷岩茶 属半发酵茶，产于福建武夷山。其主要品种有“大红袍”、“白鸡冠”、“水仙”、“乌龙”等几种。这种岩茶的茶汤清澈浓香，味醇甘馨。

安溪铁观音 产于福建南部的安溪县一带。这种茶叶条索紧密，色泽绿