

读图时代

茶说典藏

中国绿茶

夏涛 编著

绿茶是历史上最早出现的茶类。经过数千年的发展，绿茶的制作工艺愈加精湛，具有『清汤绿叶，滋味收敛性强』的特点。中国绿茶品类繁多，造型独特，尤其是千姿百态的名品更是令人称道，具有较高的艺术欣赏价值。著名的绿茶品种有杭州的西湖龙井，安徽的黄山毛峰、太平猴魁和六安瓜片，江苏洞庭碧螺春，江西的庐山云雾，河南的信阳毛尖等。

全国百佳图书出版单位
时代出版传媒股份有限公司
黄山书社

时代
茶说典藏

ZHONGGUO LVCHA

中国绿茶

◎ 夏涛 编著

全国百佳图书出版单位
时代出版传媒股份有限公司
黄山书社



图书在版编目 (CIP) 数据

中国绿茶 / 夏涛编著. — 合肥 : 黄山书社,
2014.10
(茶说典藏)
ISBN 978-7-5461-4754-3

I. ①中… II. ①夏… III. ①绿茶-文化-中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第233019号

出品人 任耕耘
总策划 任耕耘 蒋一谈
内容总监 毛白鸽
编辑统筹 高杨 王新
责任编辑 张月阳
图文编辑 梁晓南
美术编辑 姜楠
图片统筹 DuToTime
出版发行 时代出版传媒股份有限公司 (<http://www.press-mart.com>)
黄山书社 (<http://www.hspress.cn>)
地址邮编 安徽省合肥市蜀山区翡翠路1118号出版传媒广场7层 230071
印刷 安徽联众印刷有限公司
版次 2015年1月第1版
印次 2015年1月第1次印刷
开本 710mm×875mm 1/16
字数 122千
印张 9.5
书号 978-7-5461-4754-3
定价 98.00元

服务热线 0551—63533706
销售热线 0551—63533761
官方直营书店 (<http://hssbook.taobao.com>)

版权所有 侵权必究
凡本社图书出现印装质量问题,
请与印制科联系。
联系电话: 0551—63533725

序

中国是茶的发祥地，是世界上最早发现和利用茶的国家。早在西汉时，茶已在宫廷和民间流传并以文字载入史册，魏晋南北朝时期，饮茶之风遍布长江以南地区，唐代时人们已在长江以南一带广种茶树。“柴米油盐酱醋茶”成为百姓生活中的七件事，“客来敬茶”“以茶会友”的风俗，使茶逐渐成为各阶层人们日常生活中的必需品。茶从发现到成为饮料，经历了十分漫长的过程，由祭品、菜食、药用，直至成为饮料。17世纪时，中国茶出口到英国等地；18世纪中期起，印度等国开始栽植茶树。现在，茶已经从中国传播到世界各地，全球有60多个国家和地区种植茶树，饮茶习俗遍及亚、欧、美、非和大洋洲。

中国是产茶古国、产茶大国，也是世界绿茶的主产国。茶园面积占世界第一位，茶叶产量占世界第二位，茶叶销量占世界第二位，茶叶出口量占世界第三位，绿茶占茶叶生产总量的70%以上。世界茶叶市场上，绿茶占23%左右，其中70%以上来自中国。

进入20世纪80年代后，随着人们生活水平的提高，受到市场经济的导向影响，中国的绿茶、黄茶、黑茶、青（乌龙）茶、白茶、红茶六大茶类的结构比例随之发生了变化。其中，绿茶的产量在六大茶类中的比例逐渐上升，其中的名优绿茶产量也呈上升趋势。

茶是保健饮品。现代科学研究发现，茶叶中含有多种有益人体健康的成分，诸如茶多酚、茶氨酸、茶多糖、多种维生素等，具有调节人体生理功能的作用，包括“三降”即降血压、降血糖、降血脂，“三抗”即抗衰老、抗辐射、抗癌症，“三增”即增力、增智、增美。茶在世界三大饮料（茶、咖啡、可可）中被公认为是天然、营养、养生饮料。20世纪90年代以前的科研主要针对绿茶进行，随着大量研究成果的公布，绿茶的保健功效越来越被大众所接受，从而推动了绿茶的销售量，同时

也为绿茶的生产、加工、包装、贮存的科学化、标准化和生态化提出了更高要求，尤其是名优绿茶。2004年浙江省评出的十大名茶全部为绿茶，2005年安徽省评出的十大名茶中有九个是绿茶。随着茶叶深加工的发展、茶饮料的开发、单成分的提取和新茶型的研制等，绿茶多元化的利用正在形成，大大拓展了绿茶的应用领域。

由安徽农业大学夏涛教授著述的这本《中国绿茶》，内容包括绿茶溯源、绿茶产销、绿茶品饮与健康、绿茶选购与贮存四个部分。全书资料丰富翔实，阐述深入浅出，做到图文并茂，不仅文字流畅，而且科学性强，科普性和趣味性相结合，具有较好的可读性和较强的实用性。本书的问世，必将有利于倡导茶为国饮，有利于进一步充实爱茶人的物质和精神生活，促进绿茶产业的发展。

王镇恒于上海寓中



中国绿茶 | 目录

第一章 绿茶溯源

- 中国茶叶的分类 / 2
- 绿茶的起源与发展 / 8
- 绿茶品类 / 14
- 名茶史话 / 20



第二章 绿茶产销

- 绿茶的产区 / 50
- 绿茶加工技术 / 55
- 名茶茶萃 / 61
- 绿茶销售 / 67



第三章 绿茶品饮与健康

- 绿茶品饮 / 72
- 绿茶制品 / 94
- 绿茶与健康 / 99



第四章 绿茶选购与贮存

- 绿茶选购 / 126
- 绿茶鉴别 / 131
- 绿茶贮存 / 136

后记 / 145



第一章 绿茶溯源

「茶之为用，发乎神农氏，闻于鲁周公。」中国是茶的发祥地，也是最早利用茶的国家。东汉时期的《神农本草》中记述：「神农尝百草，日遇七十二毒，得茶（茶）而解之。」自人类发现野生茶树，距今已有五千多年的历史了。茶最初是作为药来食用的，后来发展成为饮料。

绿茶是历史上最早出现的茶类。人类利用茶叶的原始方式最早是从采摘茶叶鲜叶直接咀嚼，随后发展到生煮羹饮，继而晒干收藏。三国时开始采茶叶作饼，其后发明了蒸青制法，这可以视为绿茶加工技术的萌芽。到11世纪发明炒青制法，真正意义上的绿茶加工技术才趋于成熟。随后经不断革新与完善，绿茶品类越来越丰富。并由此推进，相继发明了黄茶、黑茶、白茶、青茶、红茶等茶类。



中国茶叶的分类

在漫长的茶叶历史发展过程中，历代茶人在茶叶加工方面积累了丰富的经验，制茶工艺技术不断革新，加上我国茶区分布很广，茶树品种繁多，于是便产生了丰富多彩的茶类。就我国的茶叶种类和品名而言，从古至今已有数千种之多，堪称世界之最。难怪乎连茶叶行家们都常说：“茶叶喝到老，茶名记不了。”

我国茶叶分类至今尚无统一的方法，有的以生产季节或产地命名，有的以加工方法命名，有的以茶叶的色、香、味、形命名，有的以茶树品种命名等，这些分类方法都不够完整。比较科学合理的分类应该是依据茶叶加工方法和品质上的差异来划分，即将中国茶叶分为基本茶类和再加工茶类。基本茶类包括绿茶、红茶、青茶（乌龙茶）、白茶、黄茶、黑茶六大类；再加工茶类包括花茶、紧压茶、萃取茶、果味茶、



◎ 六安瓜片（绿茶类）



◎ 祁门红茶(红茶类)

保健茶等。每一茶类又可以产地、品种、工艺与品质特色等分成若干个花色，每一花色又分若干等级。

【基本茶类】

绿 茶

绿茶属不发酵茶类。以茶树新梢为原料，经高温杀青、揉捻、干燥等典型工艺制成，具有“清汤绿叶，滋味收敛性强”等特点。按其干燥和杀青方法不同，一般分为炒青绿茶、烘青绿茶、晒青绿茶和蒸青绿茶四类。优质绿茶的干茶色泽翠绿，冲泡后汤色黄绿清亮，香气多为清香或熟栗香，滋味鲜醇爽口，浓而不涩。

绿茶是生产历史最悠久的茶类，也是我国生产量、消费量和出口量最大的茶类，产区主要分布于浙江、安徽、江西等省。著名的绿茶品种有杭州的西湖龙井，安徽的黄山毛峰、太平猴魁和六安瓜片，江苏的洞庭碧螺春，江西的庐山云雾，河南的信阳毛尖等。

红茶

红茶属全发酵茶类。以茶树新鲜芽叶为原料，经萎凋、揉捻（切）、发酵、干燥等典型工艺制成。其汤色以红色为主调，红汤红叶。根据加工工艺的不同，红茶可分为小种红茶、工夫红茶和红碎茶。品质优良的红茶干茶色泽乌黑油润，冲泡后汤色红艳明亮，香气似果香，又似花香，滋味鲜醇回甘。

著名的红茶品种有安徽的祁门红茶、云南的滇红、福建的闽红、江西的宁红等。

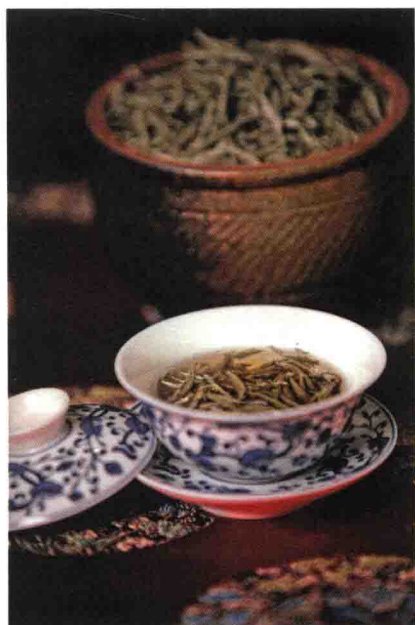
青茶（乌龙茶）

青茶亦称乌龙茶，属半发酵茶类，是我国六大茶类中独具特色的茶叶品类。乌龙茶的加工工艺是采摘具有一定成熟度的茶树鲜叶，经晒青萎凋后进行多次摇青，然后高温杀青、揉捻（或包揉）、干燥而成。其工艺综合了绿茶和红茶的制法，因此品质也介于绿茶和红茶之间，既有红茶的甜醇味，又有绿茶的清花香，叶底素有“绿叶红镶边”的美誉。乌龙茶的汤色金黄，香气馥郁芬芳，花香明显，滋味浓厚爽口。

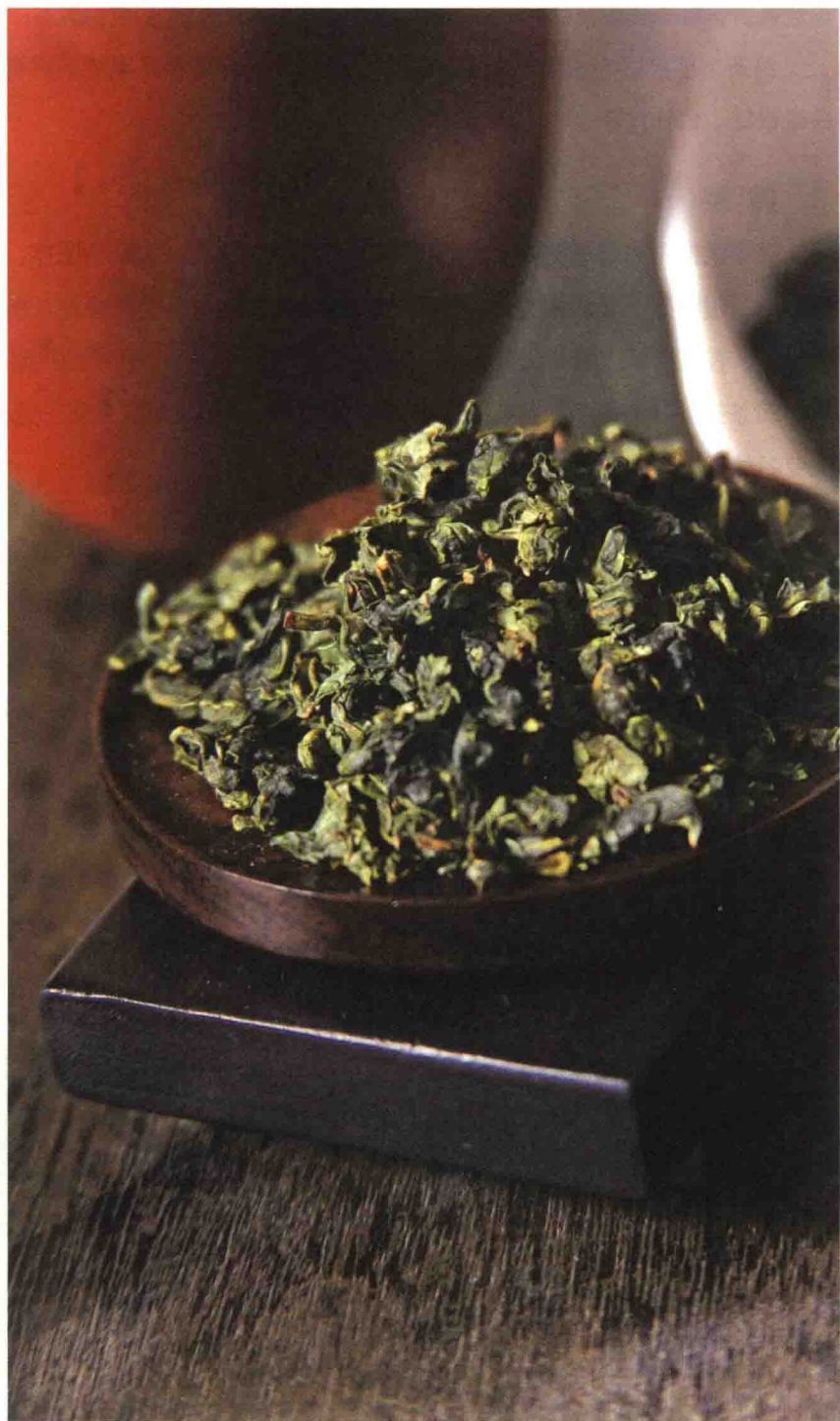
乌龙茶主要产于福建（又分为闽南乌龙和闽北乌龙）、广东和台湾三大地区，著名品种有闽南的安溪铁观音、闽北的武夷岩茶、广东的凤凰单丛和台湾的冻顶乌龙、文山包种等。

白茶

白茶是我国茶类中的珍品。因其成品茶多为芽头，满披白毫，如银似雪而得名。白茶的制作工艺只有萎凋和干燥两道工序，其关键在于萎凋。白茶制法的特点是既不破坏酶的活性，又不促进



◎ 白毫银针（白茶类）



◎ 铁观音 (青茶类)

氧化作用，保持毫香，滋味鲜爽。优质的白茶干茶芽叶肥壮，毫色银白，汤色杏黄，香味鲜醇清甜。

白茶主要产区在福建省建阳、福鼎、政和、松溪等县。主要品种有白毫银针、白牡丹等。

黄 茶

黄茶的制作与绿茶有相似之处，不同点是杀青后多了一道闷黄工序，这个闷黄过程正是黄茶制法的主要特点。优质黄茶的干茶金黄显毫，汤色浅黄，香气清新，滋味甜爽。

黄茶按鲜叶的嫩度和芽叶的大小，分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。主要名品有湖南的君山银针和四川的蒙顶黄芽。

黑 茶

黑茶是我国生产历史十分悠久的特有茶类。茶鲜叶杀青后，经特殊的“渥堆”工序，茶叶由绿变黑，故称“黑茶”。黑茶既可直接冲泡饮用，也可以压制成紧压茶（如各种砖茶、饼茶等）。黑茶的干茶色泽油黑或呈褐绿色，汤色橙黄或棕红色，滋味醇和。



◎ 君山银针（黄茶类）



◎ 普洱散茶（黑茶类）

黑茶主要产于湖南、湖北、四川、云南和广西等省、自治区。因以销往边疆地区为主，故以黑茶制成的紧压茶又称“边销茶”或“边茶”。普洱茶就属于黑茶类。

【再加工茶类】

以绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶等基本茶类为原料，经再加工而成的产品称为再加工茶。包括花茶、紧压茶、萃取茶、果味茶和药用保健茶等。

绿茶的起源与发展

【生煮羹饮】

茶之为用，最早从咀嚼茶树的鲜叶开始，发展到生煮羹饮，即以茶作餐菜。《晏子春秋》记载：“婴相齐景公时，食脱粟之饭，炙三戈五卵，茗菜而已。”《尔雅》记载：“树小如梔子，冬生叶，可煮羹饮。”《晋书》记载：“吴人采茶煮之，曰茗粥。”时至今日，世居云南西双版纳基诺山的基诺族仍保留一种传自古代的吃茶法——“凉拌茶”，即将新鲜茶



◎ 藏族酥油茶



◎ 临沧佤族烤茶

叶揉碎放入碗中，加少许黄果叶、大蒜、辣椒和盐等作配料，再加入泉水拌匀。实际上，由于各少数民族对传统习俗的尊重，云南西部的许多少数民族仍保留着吃茶习俗。生活在大巴山、武陵山、大娄山等巴山峡川地区的土家族、苗族、仡佬族、侗族流行的打油茶、盐茶汤、姜茶汤、擂茶等均为羹饮吃茶风俗的遗存。

【蒸青饼茶】

三国时期，出现了茶叶的简单加工，即将采来的绿茶鲜叶先做成饼，再晒干或烘干。因茶叶具有浓烈的青草味，便发明了蒸青制茶法，即将茶的鲜叶蒸后碎制成饼茶，最后烘干。制造饼茶的过程，虽除去了青气，但仍有苦涩味。于是又通过洗涤鲜叶，蒸青压榨，去汁制饼，使茶叶苦涩味大大降低。到了唐代，蒸青作饼茶的制法已逐渐完善。“茶



◎ 拉祜族烤茶



◎ 《群仙集祝图》汪承霈（清）

圣”陆羽曾在世界第一部茶学专著《茶经》中记述：“晴，采之，蒸之，捣之，拍之，焙之，穿之，封之，茶之干矣。”此乃绿茶加工技术的萌芽。

从两晋、南北朝开始，饮茶相效成风，茶叶也从奢侈品逐渐成为人们的普通饮料。唐朝陆羽的卓越贡献，推动了饮茶之风的普及和茶叶品饮艺术的提高。陆羽与煎茶的传说，间接证实了这段历史。

据说，唐朝代宗皇帝李豫嗜好饮茶，也善品茶。竟陵（今湖北天门）积公和尚不仅善品茶，而且能辨别是什么茶、何处水冲泡、什么人煮的茶，号称“茶仙”。代宗皇帝决定亲自试试积公和尚的本领，便把他召到宫中。宫中煎茶能手用上等茶叶煎出一碗茶，请他品尝。积公饮了一口，便再也不尝第二口了。皇帝问他为何不饮，积公说：“我所饮之茶，都是弟子陆羽为我煎的。饮他煎的茶后，旁人煎的就觉淡薄如水了。”皇帝听罢，便又将陆羽召到宫中。皇帝见陆羽其貌不



◎ 陆羽