

馥郁风韵

乌龙茶的特性

乌龙茶韵味独特，是茶文化中的一道亮丽风景线。它介于绿茶与红茶两者之间，属于半发酵茶的一种，也被称为“青茶”。独特的发酵工艺赋予了乌龙茶既清新又醇厚的魅力，让其在茶的世界里独树一帜。

乌龙茶的口感

乌龙茶的发酵度大约在 20% 左右，这一恰到好处的发酵程度，使得乌龙茶既保留了绿茶的清新自然与鲜爽甘冽，又融入了红茶的醇厚甘甜与馥郁芬芳。因此，在口感上，乌龙茶呈现出醇厚与清爽并存的特点。茶汤入口，还会渐渐在口中散发出甘甜的味道，即所谓的“回甘”。

乌龙茶的香气

乌龙茶的香气独特且丰富，主要源自制造香、品种香与风土香三大方面。制造香是通过半发酵与炒制等精湛工艺激发出的茶香；品种香则是茶树品种自身遗传特性所决定的，如水仙茶的兰花香、铁观音茶的兰桂混合香、黄旦茶的蜜桃香等，这些香气在冲泡时充分展现，令人陶醉；而风土香则是由优越的气候、土壤等自然环境所生成的天然香气，使得特定产地的乌龙茶具有难以复制的独特风味。高级乌龙茶通常三香交织，与众不同。

乌龙茶的价值

乌龙茶不仅口感独特，还具有丰富的营养价值和多种保健功效。

预防龋齿

茶叶中富含氟化物，当乌龙茶被冲泡时，茶叶中的氟化物约有 40% 至 80% 能溶解于开水之中，这些氟化物非常容易与牙齿中的钙质相结合，从而在牙齿表面形成一层坚固的氟化钙保护层。

提神益思

乌龙茶中的咖啡碱能够刺激人的中枢神经系统，提高警觉性和注意力，有助于提神醒脑，缓解疲劳。

消食去腻

乌龙茶中的茶多酚等物质具有促进肠道蠕动和分泌胃液的作用，从而有助于消化食物。同时，它还能减少脂肪的吸收，促进脂肪代谢，达到减肥健美的效果。

生津止渴

乌龙茶可以刺激口腔与喉咙部位的黏膜，促进唾液的分泌，达到生津止渴的目的。同时，它还有利尿功能，有助于排出体内多余的水分和毒素。在炎热的夏季，饮用乌龙茶还能起到解热防暑的效果。

杀菌消炎

乌龙茶中的茶多酚等天然化合物具有抗氧化、抗炎的作用。它们能够抑制体内有害细菌的生长，减轻炎症反应，并有助于解毒防病。

有助于预防疾病

乌龙茶能够降低血液中的胆固醇和甘油三酯含量，有助于预防心血管疾病。此外，乌龙茶中的抗氧化物质能够清除体内自由基，减少细胞氧化损伤，从而起到延缓衰老的作用。

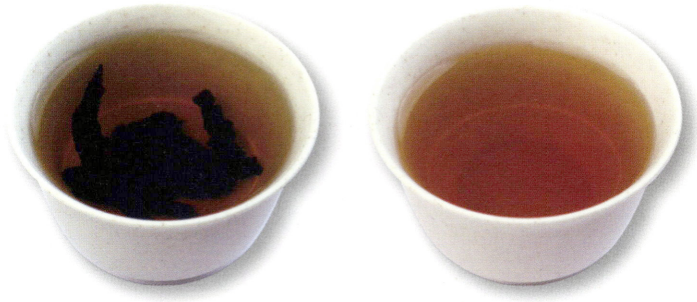
乌龙茶的颜色

乌龙茶在制茶过程中，叶片边缘因氧化作用而呈现红褐色，中心部分则依旧保持鲜绿的色泽，犹如绿叶镶嵌着红边，让人一眼难忘。

乌龙茶茶汤的颜色同样丰富多变，因产地与品种的不同而展现出各自的魅力。从清新淡雅的浅黄色到温暖浓郁的橙红色，每一种色调都像是大自然调色板上的杰作。一般来说，干茶的颜色越偏向绿色，说明其发酵程度较轻，冲泡出来的茶汤色泽也相对清淡；反之，当干茶呈现褐绿、褐红乃至乌润的色泽时，则表明其经历了更深的发酵过程。

怎样选出好乌龙茶

选择优质的乌龙茶是一门艺术，既需要对茶叶有一定的了解，也依赖于个人的品味偏好。



观验干茶

外形

优：优质乌龙茶条索紧实卷曲，肥壮有力。

次：次品则条索松散，轻盈无实。

色泽

优：优质乌龙茶色泽砂绿乌润或青绿油亮。

次：次品则色泽暗沉，如乌褐、褐色乃至赤红、铁色等。

香气

优：优质乌龙茶往往带有自然的花香，香气清新雅致。

次：次品则可能带有烟味、焦味或青草味等异味。

品评茶汤

汤色

优：优质乌龙茶茶汤清澈明亮，无论浓淡都能展现出独特的韵味。

次：次品则可能泛青、红暗，茶汤浑浊，沉淀物多。

滋味

优：优质乌龙茶茶汤醇厚、鲜爽、灵活，口感丰富多变。

次：次品则滋味淡薄，甚至有苦涩味。

叶底

优：优质乌龙茶叶底『绿叶红镶边』，红处色泽明亮。

次：次品则可能呈现暗绿或暗红色，缺乏生机与活力。



匠心独运

乌龙茶的工艺

乌龙茶制作工艺的特殊之处在于其通过半发酵的方式，使茶叶产生了独特的香气和滋味。在制茶过程中，制茶师傅们可以根据鲜叶的状态、天气条件以及个人对风味的追求，灵活调节力度、时间、温度等各种参数，创造出千变万化的风味类型。

第一步：萎凋

萎凋主要分为日光萎凋与室内萎凋。日光萎凋，亦称晒青，是将采摘的鲜叶放置在通风顺畅的区域，利用自然光照进行萎凋，下午四点左右柔和的阳光最为适宜；室内萎凋也称凉青，则是在室内让鲜叶自然地发生萎凋变化，这种方法在乌龙茶的制作中十分常见。

第二步：做青

这是乌龙茶制作中最具特色的步骤之一，主要是将萎凋的茶叶进行多次摇动，然后静置发酵，又称为“摇青”。在摇青过程中，茶叶被置于竹篓或机械装置中轻轻摇晃，这一动作不仅促使茶叶边缘相互摩擦，让细胞受损并释放出内含物质，还加速了酶的氧化反应，从而孕育出独特的香气。此过程通常需要重复四五次，每次摇动的力度、持续时间以及随后的静置时间均需依据茶叶的实际状况灵活调整，旨在精准把控，以达到香气与口感的完美平衡。

第三步：杀青

当茶叶的香气逐渐达到理想状态时，便进入了至关重要的杀青环节——旨在通过高温快速处理，有效地破坏茶叶中的酶活性，从而即刻停止其发酵过程，防止茶叶继续变红，确保茶叶保持原有的鲜绿色泽与馥郁香气。

杀青的方法主要分为锅式杀青和滚筒杀青两种。无论采用哪种方式，都需严格遵循高温短时的原则，力求在短时间内将茶叶均匀且彻底地杀青。这要求操作者技艺精湛，既要确保茶叶被“杀透”，即酶活性得到全面抑制，又要避免过度杀青或杀青不均，以免影响茶叶的最终品质。







第四步：揉捻

揉捻是乌龙茶初制的塑形工序，杀青后的茶叶趁热揉捻，使叶片卷曲成条形或其他形状，有助于后续干燥时更好地塑造茶叶形态，同时也促进了细胞壁破裂，有利于香气物质的释放。

第五步：烘焙

最后一道工序是烘焙，目的是去除多余的水分，进一步提升茶叶的香气，同时便于储藏。烘焙的过程就像给茶叶注入灵魂，使其在火候的淬炼下绽放出最迷人的光彩。

茶韵流芳

历史中的乌龙茶

福建，这片云雾缭绕的灵秀之地，是乌龙茶的原产地。乌龙茶的发展与福建茶叶生产史紧密相连，交织成一幅跨越千年的壮美画卷。从唐代文人孙樵笔下赞誉有加的“晚甘侯”武夷茶，到宋元时期北苑茶与武夷茶相继成为皇室贡品，福建茶叶的卓越品质与精湛工艺已然名扬四海。明清时期，福建乌龙茶的制茶工艺更是达到了炉火纯青的地步。它不仅在福建本土繁衍生息，更扩展至潮州、台湾等地，形成了各具特色的乌龙茶品类。



暗中萌芽

福建省西北部的武夷山，自古以来便以其卓越的茶叶品质享誉天下。唐元和年间（806—820 年），文人孙樵在《送茶与焦刑部书》中写道：“晚甘侯十五人，遣侍斋阁。此徒皆乘雷而摘，拜水而和。盖建阳丹山碧水之乡，月涧云龛之品，慎勿贱用之！”孙樵将武夷茶称为“晚甘侯”，寓意着甘香浓馥、美味无穷。虽然此时乌龙茶尚未完全形成，但武夷茶已经因其独特的风味受到文人的青睐。

名声大噪

宋代是中国茶文化的一个高峰时期，寺庙和农家开始重视茶叶种植与制作，并能鉴别和评价茶叶品质。福建的北苑茶此时成了皇室贡茶，其制作工艺和技术达到了极高的水平，一时名声大噪。北苑与武夷山相近，两地的制茶技术和风格相互影响，促进了当地茶叶生产的发展，为乌龙茶的诞生奠定了坚实基础。

远播海外

元代，随着武夷“御茶园”的设立，武夷茶又成为皇室贡品，并逐渐发展出独特的岩茶风格。明末清初，随着海禁政策的松弛，武夷茶通过“万里茶路”远销至欧洲，成为中国茶文化的国际名片。这条长达 5000 多千米的贸易路线，不仅促进了东西方文化的交流，也使得武夷茶的声名远播。此时，世人几乎只知武夷茶而不知北苑茶了。

凤凰涅槃

明末清初，潮州地区出现了用做青法炒制的“黄茶”，这正是潮州乌龙茶的始祖。随着时间的推移，凤凰单丛等特色乌龙茶品种逐渐形成。鸦片战争前，潮州乌龙茶如凤凰单丛已开始走向国际市场，畅销欧洲、美洲、非洲及东南亚各地。潮州乌龙茶的发源地凤凰山，因其独特的自然环境和茶树品种，孕育出了别具一格的茶香风味，形成了中国乌龙茶的重要代表之一。

香飘万里

到了清代，乌龙茶在福建省东南部的安溪县迎来了辉煌时刻。安溪不仅定型了乌龙茶的制作工艺，还培育出了名扬四海的铁观音。19 世纪，安溪茶叶畅销海内外，通过厦门、广州等口岸大量出口至欧美及东南亚地区，成为中国茶叶外销的重要组成部分。据记载，光绪三年（1877 年），英国从厦门口岸运走的乌龙茶高达 4500 吨，其中安溪乌龙茶占 40% 至 60%，可见当时乌龙茶在海外的畅销程度。

后起之秀

17 世纪荷兰殖民统治时期，台湾尚未有茶树栽培记录。郑成功收复台湾后，福建移民带来了乌龙茶树种和制茶技术，开启了台湾植茶的新篇章。清嘉庆年间 (1796—1820 年)，福建商人柯朝氏将闽茶种引入台湾，被大部分人认为是台湾北部植茶之始。进入 20 世纪，台湾乌龙茶凭借其独特的风味和高质量，在国际市场上占据了重要地位。特别是冻顶乌龙茶，因其生长在海拔较高的冻顶山，加上当地温和的气候条件，形成了独特的香气和口感，深受消费者喜爱。

宋代《博古图》刘松年作 台北故宫博物院藏

乌龙茶名的由来

乌龙茶的历史源远流长，在其近千年的发展过程中，留下了诸多美丽而神奇的传说。关于“乌龙”这一名称的由来，流传着几种不同的说法，每一种都蕴含着独特的文化和故事。

茶人说

明成化年间（1465—1487 年），福建省安溪县西坪镇南岩村有一位名叫苏良的茶农，他不仅是种茶高手，也是打猎能手。因他皮肤黝黑、体格健壮，村民们亲切地称呼他为“乌良”。有一年的春天，苏良像往常一样上山采茶，中午时分，一头山獐突然出现并逃窜入林中。苏良紧追不舍，最终成功捕获猎物。当他带着猎物回到家时天已黑尽，由于忙于处理野味，苏良完全忘记处理当天采摘的茶叶。

第二天清晨，苏良一家人才想起昨天未及时处理的茶青。令人惊讶的是，那些放置了一整晚的鲜嫩叶子竟然已经边缘泛红，正散发着一阵又一阵的清香。制成的茶叶与以往相比，感受不到任何的苦涩滋味。经过反复试验，他们发现了这种半发酵茶的独特魅力，并逐渐完善了制作工艺，从而创造出了品质优异的茶叶新品类。

茶树说

根据 1937 年庄灿彰在《安溪茶业调查》中的记载，软枝乌龙茶树最初是由安溪人苏龙从安溪移植到建瓯的。当地茶农发现该品种优良，便开始大量繁殖栽培。为了纪念这位传播者，人们以苏龙名字的谐音“乌龙”来命名茶树品种及其制成的茶品。1942 年的《崇安县新志》也记载了武夷乌龙茶树是从建瓯移植而来，进一步印证了这种说法。

地名说

“乌龙”一词最早出现在北宋刘弇的《龙云集》中，其中提到“乌龙”是当时十个著名产茶地之一。在中国历史上，“乌龙”作为地名广泛存在，例如福州的乌龙江、庐山的乌龙潭以及浙江建德的乌龙岭等。古人习惯用地名来称呼当地的特产，因此“乌龙”也可能源于某个特定的茶叶产区或山脉名称。尽管当时的乌龙茶制作技术尚未成熟，但以地名称茶的习惯却早已存在，这可能是“乌龙茶”名称来源的又一解释。



山川蕴香

中国乌龙茶产区分布

中国是全世界唯一生产乌龙茶的国家，根据产地的不同，乌龙茶主要分为福建乌龙茶、广东乌龙茶和台湾乌龙茶三大类。这些地区不仅是中国气温较高的茶区，拥有热带季风气候和亚热带季风气候，而且土壤条件优越，大多为砖红壤和赤红壤，部分为黄壤，非常适合乌龙茶树的生长。



铁观音　　黄金桂

福建乌龙茶区

福建是中国乌龙茶的主要产区，占乌龙茶总产量的 80%。福建乌龙茶的优势种植区域集中于武夷山脉、戴云山脉和博平岭，这里不仅是乌龙茶的主产区，也是种质资源的宝库。同时，福建乌龙茶区还可以进一步细分为闽北和闽南两大茶区，其中闽北的武夷山、建瓯等地，闽南的安溪、永春等地，均为乌龙茶的重要产地。

安溪

安溪，坐落于中国东南丘陵地区，紧依戴云山脉的东南麓，其地势西北高峻，以太华尖为最高峰，海拔高达 1600 米，而东南部则以低矮的红土山丘为主，全县平均海拔约 300 米。依据地形地貌及地理位置，安溪传统上被划分为内安溪与外安溪两片区域。内安溪年平均气温 16℃至 18℃，年降雨量达 1800 毫米，相对湿度超过 80%；而外安溪年平均气温略高，为 19℃至 21℃，年降雨量稍减至 1600 毫米。这样的土壤与地理条件，为茶树的生长提供了得天独厚的自然条件。

安溪茶树的栽培尤为注重生长年代的更新与修剪管理，修剪高度相对较低。整个栽培过程遵循着一套严格的程序：从择地整园开始，到精选苗木进行种植，再到分阶段的精心管理。优质茶叶大多产自海拔 600 米至 1000 米的山地茶园。山顶覆盖着茂密的树林，山脚下流淌着清澈的溪流，而山坡上则布满了层层叠叠的阶梯式茶园。一眼看去，树木葱郁，绿意盎然，景色清新宜人。每年茶叶可采摘四次，采摘季节从三月的清明开始，一直持续到十月的白露。

安溪茶王赛

每年春秋两季茶叶丰收的时节，安溪最引人注目的茶俗——茶王赛便如约而至。这场盛大的赛事不仅吸引了茶农们的积极参与，还汇聚了众多观众的目光。茶农们携带自家精心制作的上乘茶叶，共同参与这场由茶师主持的品鉴盛会。茶王赛的形式多样，规模各异，既有民间自发组织的赛事，也有官方推动的盛会。无论是村落间的小范围比拼，还是跨区域的较量，县级、省级乃至全国性的赛茶活动，都聚焦于同一茶类或同一茶种的较量。在品鉴过程中，专家从茶叶的“形态、色泽、香气、韵味”等多个维度进行细致入微的品鉴，优劣立判。

尤为值得一提的是，荣获“茶王”殊荣的茶农，会身着礼服，头戴礼帽，胸前佩戴着鲜艳的红绸带，手捧荣誉证书，满面春风地坐上独具民间特色的茶王轿。此时，由数百乃至上千人组成的彩旗队、管乐队、锣队、舞狮队簇拥着茶王轿，一路上吹吹打打，热闹非凡，队伍穿街过巷，绕村而行，处处洋溢着欢庆的氛围，将这份荣耀与喜悦传递给每一个人。

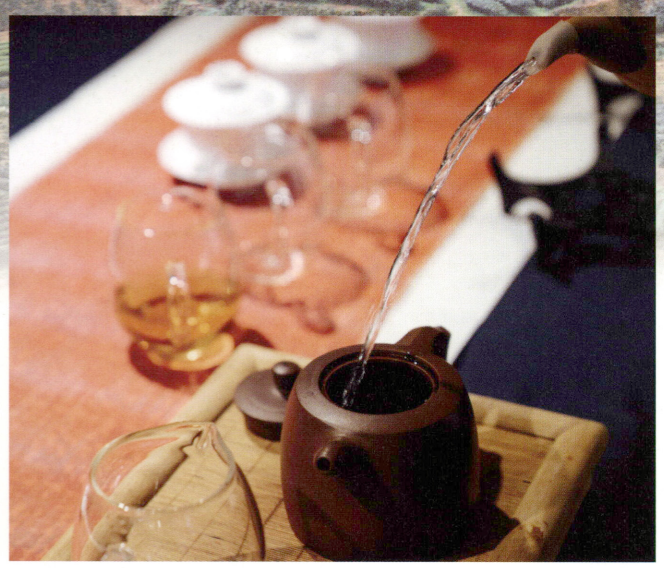


武夷山

武夷山拥有三十六峰、九十九岩的壮丽景观，茶树巧妙地生长在岩壁之间，宛如盆景般点缀着山间，形成了独特的盆景式茶园。茶区的茶园土壤富含砂砾，通透性极佳，钾锰元素丰富，酸度恰到好处。这里年均气温稳定在17.9℃，昼夜温差显著，早晚凉爽，正午温暖。年均降雨量介于1800毫米至2200毫米之间，空气湿度大，岩泉终年不息，滋润着茶园，使土壤保持湿润。

武夷山的茶依产区之别，分为正岩茶、半岩茶和洲茶。正岩茶出自海拔较高的慧苑坑、牛栏坑、大坑口以及流香涧、悟源涧等地，这些地方被誉为“三坑两涧”，所产茶叶香气高扬，滋味醇厚。半岩茶，又称小岩茶，产于海拔较低的青狮岩、碧石岩、马头岩、狮子口及九曲溪一带，品质虽不及正岩茶，却也独具风味。洲茶则产自崇溪、黄柏溪两岸的砂土茶园。正岩茶以它独有的“岩骨花香”而闻名，茶汤浓郁且顺滑，香气清新幽远，回甘不仅快速而且持久，其滋味悠长，具有显著的“岩韵”特征。而半岩茶和洲茶则“岩韵”较弱或缺失。

武夷山茶区地形复杂多变，岩茶区充分利用幽谷、深坑、岩隙、山坳及缓坡山地进行种植。茶园、水沟、道路布局自然和谐，流水顺地势汇聚，道路曲折有致，林木葱郁，茶树与岩石相映成趣，构成一幅幅天然的山水画卷。



武夷山斗茶赛

每年夏秋两季，武夷山都会迎来一场盛大的茶事庆典——武夷山斗茶赛。这一赛事由多个重量级单位联合举办，旨在弘扬茶文化，推动茶叶品质的提升。

斗茶赛的历史悠久，其源头可追溯至古代的斗茶活动，福建人称之为“茗战”，亦称“点茶”或“点试”。这一传统活动最早在唐代兴起，至宋代在贡茶之乡的建州北苑龙焙和武夷山茶区达到鼎盛。因此，当今的武夷山斗茶赛与宋代的斗茶活动有着千丝万缕的联系，是对古代茶文化的一种传承与发扬。

在斗茶赛中，主办单位会邀请相关领域的专家担任评审，对参赛的茶叶进行严格的品鉴。参赛的茶叶种类繁多，包括大红袍、肉桂、水仙、白鸡冠等，每一款茶叶都代表着茶农们的辛勤付出与精湛技艺。经过激烈的角逐，最终会评选出状元、金奖、银奖、优质奖等多个奖项。获奖产品不仅品质卓越，而且各具特色，令人赞叹不已。



白鸡冠



水仙茶



肉桂茶



大红袍

· 武夷山大红袍茶园



· 广东省潮州市凤凰山茶田

广东乌龙茶区



凤凰单丛

凤凰水仙

广东乌龙茶区的核心地带坐落于粤东茶区，尤其是潮州的凤凰山，那里是广东乌龙茶的主要产地。凤凰山地区气候温和宜人，加之土壤富含各类矿物质，为茶树营造了一个理想的生长乐园。

凤凰山茶区的海拔为 400 米至 1497.8 米，全年温暖湿润。这里年平均气温稳定在 20℃至 22℃，年均降雨量高达 2161.1 毫米，空气相对湿度保持在 80% 左右。凤凰山的形成历史悠久，岩石经过长时间的风化作用，表层物理风化持续进行，形成了独特的地理环境。土壤主要为红壤和黄壤，众多茶园的表土层源自片麻岩、砂岩、花岗岩的风化产物，土层深厚且富含有机质，为茶树提供了充足的养分，确保了茶叶的卓越品质。

台湾乌龙茶区

台湾乌龙茶产区位于北部茶区，以新竹、台北、桃园、苗栗、南投等地为主，还包括嘉义梅山、花莲舞鹤、台东鹿野等地。在这片土地上，高山茶与平地茶各领风骚，而高山茶凭借其得天独厚的海拔优势，赢得了广泛的赞誉。

台湾的高山茶区主要坐落于阿里山山脉、玉山山脉、雪山山脉、中央山脉及台东山脉之中，海拔介于 1000 米至 1400 米之间，年平均气温稳定在 22℃ 左右。这里气候宜人，雨量充沛，植被繁茂，云雾缭绕，四季不绝，为茶树提供了独一无二的生长环境。在这样的自然条件下孕育出的高山茶，口感醇厚饱满，香气馥郁持久，堪称台湾乌龙茶中的翘楚。根据业界定义，台湾高山茶特指那些采用海拔 1000 米以上茶园中精心栽植的茶叶为原料，经过特殊工艺制作而成的半球形乌龙茶。尽管高山茶的发酵程度因制作工艺的不同而有所区别，但它们都保留了乌龙茶特有的风味与香气，让人回味无穷。



冻顶乌龙

高山乌龙

· 南投县竹山镇八卦茶园

乌龙茶名品

铁观音

铁观音，又称红心观音、红样观音，其独特的“观音韵”经久不散，留下了无尽的清香雅韵。福建省安溪县出产的铁观音广为人知，它不仅被视为乌龙茶中的瑰宝，还被列入中国的十大名茶之一。安溪铁观音的创制可追溯至清乾隆年间，它集甘醇与清香为一体，创造出一种难以言喻的感官盛宴——七次冲泡之后仍有余香缭绕，饮后口中满溢芳香，生津止渴，回味悠长。

叶底	肥厚软亮
滋味	醇厚无比，稍带蜜味，回甘鲜爽
香气	浓郁持久，带兰花香
汤色	金黄明亮，如同琥珀
色泽	油润、鲜活，呈砂绿色
茶条	肥壮圆紧，结实沉重，形似『蜻蜓头』
产地	福建省泉州市安溪县

铁观音的传说趣谈

铁观音不仅韵味独特，还有着传奇的身世。

观音托梦

据传，雍正末年，安溪尧阳松岩村住着一位名叫魏荫的老茶农。魏荫不仅是一位勤劳的种茶人，还是一位虔诚信徒，对观音菩萨怀着深深的敬意。每天早晚，他都会在家中的观音像前供奉一杯清茶，这份虔诚持续了几十年，从未间断。一天夜晚，魏荫在梦里看见自己拿着锄头走到了一条溪流边。在月光的照耀下，他发现石缝中生长着一株奇异的茶树，枝叶繁茂，香气如兰，芬芳四溢，与他平日所见截然不同。

次日清晨，魏荫依梦中记忆寻觅而去，竟真的在石隙间发现了那株茶树。魏荫将这株茶树小心翼翼地挖出，带回家中，种在了一口小铁鼎里，悉心照料。因为这茶是观音菩萨托梦所赐，他便满怀感激地将这株茶树命名为“铁观音”。

乾隆赐名

据说，雍正年间，安溪的仕人王士让在南山脚下建造了一座书房，取名“南轩”。到了乾隆元年（1736 年）的春天，王士让在一片荒园的层石间偶然发现了一株与众不同的茶树——枝叶繁茂，叶片圆润而红心，散发着独特的韵味。王士让将这株茶树移植到南轩的茶圃中，精心培育。几年后，这株茶树愈发茂盛，枝叶如盖，香气四溢。采制而成的茶叶乌润肥壮，冲泡后香气扑鼻，滋味醇厚，令人陶醉。

乾隆六年（1741 年），王士让奉旨入京，谒见礼部侍郎方望溪。他将这种独特的茶叶送给方望溪品尝，方望溪觉得滋味非凡，遂将其进献给乾隆皇帝。乾隆皇帝饮后大加赞赏，询问此茶的来历。因为这种茶叶色泽乌润、质地坚实，沉甸甸的如同铁块，并且香气与形态很美，极似观音，所以乾隆皇帝特地赐名“铁观音”。

“春水秋香”

铁观音讲究“春水秋香”，即春茶的茶汤最为清新香甜，醇厚鲜爽；秋茶的香气最为高锐张扬，馥郁持久。相比之下，夏暑茶的品质较差。

春茶

春茶一般在四、五月份采摘。茶树经过冬季的休养生息，吸收了大地的养分，在春日里迅速萌发新芽。这些新芽富含营养，使得制成的茶叶口感鲜爽，滋味甘醇，如同春日里的清泉般纯净透彻。

秋茶

秋茶在九、十月份采摘。秋高气爽，铁观音茶树进入了另一个重要的生长期。相较于春茶，秋茶虽然营养物质相对较少，但香气尤为突出，特别是天然的花果香气。其香气馥郁持久，带有一种独特的成熟韵味。



怎样选出好铁观音

在甄选铁观音时，可以参考以下方法来鉴别出较为优质的好茶。

观色

上乘的铁观音茶的茶条紧结而略显卷曲，色泽砂绿，油亮鲜活，形态宛如“蜻蜓头”，叶表自然覆盖着一层细腻的白霜。

听声

因铁观音质地较沉，取少量茶叶投入茶壶时，若能听到清晰悦耳的“当当”声，是为上品；反之，如果声音沉闷喑哑，则可能意味着茶叶质量欠佳或是保存不当。

闻韵

“观音韵”是铁观音最吸引人的品质特征之一，它代表了铁观音独特而迷人的香气与滋味。与其他乌龙茶相比，铁观音含有更高比例的低沸点香气物质，这些成分赋予了它那独一无二、馥郁持久的“观音韵”。

制作的铁观音是这样

安溪铁观音的采制十分严格、精细，其制作技艺在 2008 年被文化部列入了国家级非物质文化遗产名录中，主要分为九个主要步骤。

采摘鲜叶

采摘时需选择叶片已全部展开、形成驻芽的叶片，俗称“开面采”。

晾青

采摘下来的鲜叶需要及时摊放在阴凉通风处进行晾青，让鲜叶中的部分水分自然蒸发。

晒青

晾青后的茶叶会被摊放在阳光下进行晒青，进一步蒸发水分。

摇青

摇青是铁观音制作中最关键的步骤之一，通过手工或机械使茶叶滚动，叶缘细胞受损，促进多酚类物质的氧化。摇青后的茶叶需在适宜的温度和湿度下静置一段时间，让其发酵。

炒青

摇青完成后，对茶叶进行高温炒制，迅速停止茶叶的发酵过程，固定茶叶的色、香、味。

初揉

通过揉捻使茶叶形成条索状，同时进一步破坏叶细胞，促进茶汁的渗出，增强茶叶的香气和滋味。

初烘

用低温烘干茶叶，使茶叶中的水分进一步减少，同时定型。

复揉

初烘后的茶叶会进行复揉，进一步紧实茶叶的条索，提升茶叶的外形和口感。

烘干

最后一步是烘干，将茶叶放入烘干机中，用适当的温度进行最后的干燥处理。

铁观音的冲泡方法

掌握正确的冲泡技巧，能够充分展现铁观音的独特韵味和香气。

水质

水质对铁观音的口感和香气有着重要影响。冲泡铁观音时，最好选择不含杂质的山泉水、矿泉水或纯净水。

水温

铁观音属于半发酵茶，冲泡时适宜使用 95℃至 100℃的热水。这个温度能够充分激发铁观音的香气物质，使茶汤香气四溢，口感醇厚。

茶具

传统的陶瓷盖碗便于操作，能很好地保持茶香。如果追求更浓郁的口感，紫砂壶也是个不错的选择。紫砂壶拥有优良的透气性能和保温效果，能够有效提升茶叶的香气。

茶量

投茶量建议为茶壶容量的三分之一到二分之一。如果是杯饮，放置 5 克至 10 克茶叶到杯中。

时间

第一泡的时间以 15 秒至 30 秒为佳，之后时间依次延长，可浸泡六七次。注意不要让茶叶浸泡过久，以免茶汤变得过于苦涩。

品茗

在品尝铁观音的时候，可以观赏它的颜色，嗅闻它的香气，细细品味它的味道。每一泡都有不同的风味变化，细细品味这些细微差别，感受铁观音独特的“观音韵”。



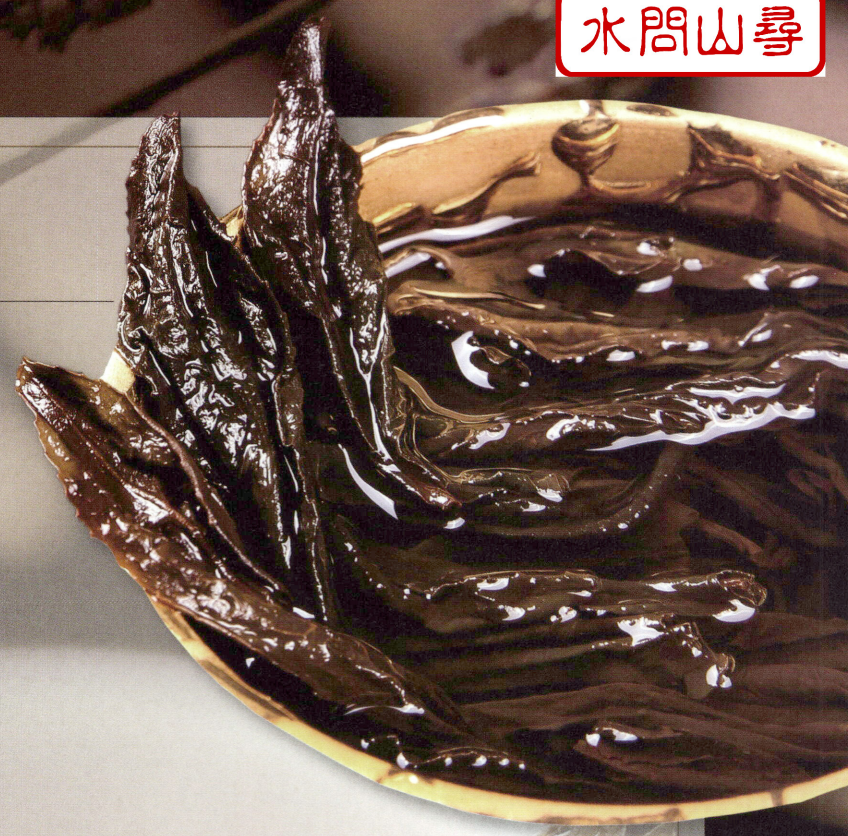
乌龙茶名品

大红袍

大红袍被誉为“茶中之王”“茶中状元”，是武夷岩茶中的翘楚，享誉全球。大红袍的历史可追溯至清代早期，最初为天心岩永乐禅寺所制。作为正岩茶的典范，大红袍的生长环境得天独厚，它植根于武夷山九龙窠的岩石峭壁之上，这里独特的自然条件——短日照、丰富的反射光、显著的昼夜温差以及终年不息的细泉滋养，孕育了大红袍茶独特的“岩韵”，使其成为茶中佳品。当春天来临，茶芽萌发时，整棵茶树会呈现出艳红的色泽，宛如披上了红色的袍子，因而得名“大红袍”。

叶底	软亮匀齐，边缘朱红或起红点。
滋味	茶汤润滑，醇厚爽口，没有明显的苦涩味道，回甘明显且充足
香气	浓郁持久，九泡仍有余香
汤色	橙黄，清澈亮丽
色泽	绿褐鲜润，表面带有宝色，也就是所谓的『砂绿润』
茶条	整体外观肥壮、紧结匀整，是扭曲的条球形
产地	福建省武夷山





大红袍的传说趣谈

大红袍不仅品质卓越，背后还流传着许多美丽动人的故事。这些传说为其增添了一抹神秘的色彩。

书生报恩披红袍

古代，一位书生赴京赶考，途经武夷山时突患急病，幸得天心寺僧赠予的一杯茶，饮后病愈。书生感激涕零，继续赶路并在科举考试中名列前茅。回乡途中，他再次来到武夷山，为了报答寺僧的恩情，便将自己身上的红袍披在了那棵救命的茶树上。从此，这棵茶树所产的茶叶便被称为“大红袍”。

而在另一版本中，书生金榜题名后被招为了驸马，但他的心中始终挂念着武夷山的恩情。一日，他向皇上禀明此事，并请求前往武夷山谢恩。皇上便命他作为钦差大臣前往武夷山。驸马到达武夷山后，为了报答寺僧的救命之恩，差人将天心寺庙修葺一新，还特意带了一盒茶叶回京。当他回京时，恰逢皇后终日肚疼腹胀而延医无效，病情危急。驸马心中一动，想起了自己从武夷山带回的茶叶，便立刻向皇上禀告：“臣带回九龙窠神茶一盒，能治百病，愿敬献皇后服用。”皇上听后大喜，立刻命人将茶叶煮好给皇后服用。说来也奇，皇后饮了这茶后，不久痛止胀消，身体逐渐康复。皇上对此深感欣慰，对驸马赞不绝口。驸马乘兴请皇上前往武夷山尝茶，但皇上因国事繁忙不能亲自前往。于是，他将一件大红袍交给驸马，由他代表自己前往武夷山。驸马到达武夷山后，将大红袍披盖在那棵救命的茶树上，并虔诚地敬拜。神奇的是，当红袍被掀起时，茶树的叶子竟然变成了粉红色。从此以后，这棵茶树便被称为“大红袍”，而大红袍茶也成为贡茶。

灵猴采茶系红袍

据说，武夷山的九龙窠长着一棵难以攀登采摘的茶树。附近的僧人们便训练猴子穿上红衣去攀爬采摘，制成的茶叶品质特别优异。由于猴子采摘时穿着红袍，这棵茶树所产的茶叶便被称为“大红袍”。

县官病愈敬红袍

清代，有一位县官久病不愈，天心寺的僧人以九龙窠半壁上的茶树所制的茶叶敬献给他。县官饮用后，病情迅速好转。为了感谢这棵茶树，县官亲自前往茶崖，将身上的红袍披在茶树上，并敬香礼拜。从此，这株茶树被称为“大红袍”。

大红袍的分类

大红袍是武夷岩茶中极为特殊的存在，有多种定义和分类，包括母树大红袍、纯种大红袍、商品大红袍等。如今我们在市面上能买到的大红袍主要为后两者，因为前者弥足珍贵。

母树大红袍

指生长在武夷山九龙窠悬崖峭壁上的原生大红袍茶树，这些树的树龄超过 400 年，是种子自然落地生根发芽生长而成的有性茶树。母树大红袍原有四棵，1980 年建九龙窠名丛圃的时候，补植两棵，所以现在共有六棵。由于其历史价值和稀有性，2006 年，母树大红袍作为古树名木被列入世界自然与文化遗产，并禁止采摘。



商品大红袍

也被称为拼配大红袍。它是通过将不同品种的武夷岩茶进行科学合理的拼配而制成的。茶科所研究团队将齐丹或北斗品种与水仙、肉桂等三种以上其他品种的茶拼配在一起，制作出了这种具有独特风味的大红袍茶。商品大红袍根据国家标准分为特级、一级、二级，价格因品质和制作工艺的不同而有所差异。

纯种大红袍

大多是 20 世纪 90 年代从母树上通过扦插繁育下来的后代，即无性繁殖的齐丹和北斗品种。这些后代保留了母树的优良特性，经过扦插繁育培植成功后，已经在武夷山地区大面积种植推广，并于 2012 年被评为福建省优良选育品种。纯种大红袍确保了茶叶品质的一致性和稳定性，同时也为保护和传承这一珍贵茶种做出了贡献。

大红袍的价值

大红袍不仅以独特的口感和香气赢得了众多茶友的青睐，还因其丰富的营养成分和健康功效而备受推崇。

护胃

大红袍中的儿茶素对胃黏膜具有收敛作用，能够帮助调节胃液分泌，从而在一定程度上保护胃部健康。适量饮用大红袍，可以缓解胃部不适。

减脂

大红袍中所含的肌醇、叶酸、泛酸和芳香类物质等，能够加速脂肪分解和代谢，减少脂肪在体内的堆积。同时，大红袍还能促进蛋白质的分解，有助于控制体重和减肥。

养目

大红袍中含有丰富的胡萝卜素，这种物质在人体内可以转化为维生素 A。维生素 A 对于维护上皮组织的健康至关重要，能够有效防治角膜增厚，保护眼睛健康。因此，适量饮用大红袍茶，有助于养目明目，缓解眼部疲劳。





大红袍的冲泡方法

冲泡大红袍需要掌握正确的冲泡方法，同时也要注意品鉴大红袍的品质特征。

准备

准备紫砂壶、茶匙、开水壶等基本茶具，以及适量的武夷大红袍茶叶。紫砂壶因透气性好、能吸附茶汁、提升茶香，是冲泡大红袍的理想选择。

温壶

使用沸水先将紫砂壶内外冲洗一遍，以提高壶温。

投茶

根据个人口味和茶具大小，用茶匙取适量的大红袍放入预热后的紫砂壶中，可以按照茶水比 1：20 的比例投茶。

水問山尋

冲泡

用100℃的沸水冲入壶中，使茶叶随水流翻滚，起到洗茶的作用。首泡时间约为1分钟，随后每增加一泡，浸泡时间延长1分钟左右，可连泡八九次。

分茶

将泡好的茶汤均匀地倒入各个品茗杯中，一边欣赏，一边品尝。

赏茶

仔细观察茶叶展开后的形态，观赏那独特的“绿叶红镶边”。

品饮

先嗅其香，再试其味，细细感觉茶汤的醇厚度及各种特征。大红袍茶讲究“头泡汤，二泡茶，三泡、四泡是精华”，宜细品慢饮。



乌龙茶名品

高山乌龙

高山乌龙茶通常在海拔1000米以上的高山地区种植，属于轻度发酵茶。这种茶在清明节前后采摘，此时茶叶嫩芽初展，通常是一芽一叶或一芽二叶，具有“香、浓、醇、韵、美”五大特点。随着存放时间的增长，高山乌龙茶还能发展出更为复杂的香气与味道，越陈越香。高山乌龙茶是中国台湾地区茶叶产业中的一颗璀璨明珠，不仅深受本地人喜爱，在国际市场上也备受推崇。不同种类的高山乌龙茶，如杉林溪、文山、金萱等，各有独特之处，为饮茶爱好者提供了多样化的选择。

产地	南投县、嘉义县等地
茶条	干茶条索壮美，紧结有致，通常呈半球状或球状
色泽	表面翠绿或深绿，光泽度好
汤色	清澈金黄，略带青色
香气	清新雅致，花香浓郁，持久不散
滋味	浓醇而不腻，滑润爽口，带有青甜味或青果味，回甘明显
叶底	柔软肥厚，色泽黄中带绿，叶片边缘整齐

得天独厚的阿里山

阿里山是高山乌龙茶的代表茶区之一，常年云雾环绕，海拔超过 2600 米，为茶树提供了得天独厚的生长环境。这里也是被传唱为“姑娘美如水，少年壮如山”的绝美之地，因秀丽的山水与淳朴的人情吸引着八方游客。

森林

阿里山地区横跨台湾森林垂直分布的热、暖、温三带，蕴藏着丰富的森林资源。这里的森林覆盖率极高，树木繁茂，为游客提供了一个清新宜人的自然环境。漫步林间，随处可见红桧、台湾扁柏、台湾杉、铁杉及小姬松等珍贵树种，见证阿里山悠久的自然历史。

铁路

阿里山森林铁路是全球瞩目的铁路奇观之一。尽管阿里山地区的空间距离仅有 15 千米，但铁路线却巧妙地蜿蜒伸展，总长度达到了惊人的 72 千米。若再加上通往各个林区的支线，整个铁路网络的总长度更是超过了 1000 千米。这条有百年历史的铁路线最初用于运输木材，如今已成为游客体验阿里山自然美景的重要交通工具，同时也是台湾地区重要的文化遗产之一。

云海

登高远眺，阿里山的云海如同一幅空灵壮美的画卷，让人叹为观止。祝山观景台、对高岳、小笠原山等地都是观赏云海的绝佳地点。在晴朗的日子里，云海如同汪洋般壮阔，又似铺絮般层层叠叠，仿佛是大自然精心布置的仙境。

观光茶园

近些年，阿里山通过创新的旅游规划，将茶文化融入空间、文化与产业之中，打造了一系列以“茶”为主题的旅游行程。位于阿里山区中低海拔处的石棹是这片土地上的公路中心点，也是盛产优质“珠露茶”的宝地。竹林与茶园相依相偎，构成了一幅幅如诗如画的景致。其中，顶石步道更是为游客提供了亲近自然、感受茶香的绝佳路径。为了让茶产业焕发新的活力，观光茶园不仅保留了传统的采茶体验，还引入了制茶 DIY、茶点制作以及品尝创意茶餐等多元活动。

台湾阿里山茶田风光



高山乌龙的储藏方法

高山乌龙茶的正确储存，对于保持其独特的口感和香气来说至关重要。

密封保存

确保茶叶包装完全密封，防止空气进入导致茶叶氧化。推荐使用铝箔袋、专用茶叶罐等密封性良好的容器。

干燥环境

高山乌龙茶需要存放在干燥的地方，避免潮湿，否则会加速茶叶变质。

避光存放

光线会促使茶叶中的化学成分发生变化，从而影响茶叶的颜色和风味。因此，应将茶叶放置于不透明的容器中，并且存放在避光的位置。

防除异味

茶叶容易吸附周围环境中的气味，这会影响其原有的香气。所以，存放时要避免与有异味的东西放在一起。

温度控制

对于高山乌龙茶来说，储存温度尤为重要。理想情况下，贮存的室温不应超过10℃。在较热的季节里，如果室内温度难以维持在这个范围内，建议将茶叶放入冰箱冷藏。





高山乌龙和冻顶乌龙的区别

高山乌龙和冻顶乌龙都是台湾著名的乌龙茶品种，两者既有相似之处，也存在一些明显的差异。

海拔

高山乌龙茶主要产自高海拔地区，平均海拔 1000 米以上，因此得名“高山”；而冻顶乌龙茶产地的海拔相对较低，主要在台湾中部海拔 500 米至 800 米的山区。

品质特征

高山乌龙茶的生长环境云雾缭绕，日照时间短，茶叶中的茶多酚和儿茶素含量较高，香气高扬，滋味醇厚，整体质量优于冻顶乌龙茶。

制茶方法

两种茶虽然都经过萎凋、摇青、杀青等工序，但冻顶乌龙茶在最后阶段会进行额外的炭焙处理，多了一丝焙火香味。相比之下，高山乌龙茶则更倾向于保持清新自然的风味，发酵程度较轻。

饮用体验

高山乌龙茶适合喜欢清淡、花香型茶叶的人群；而冻顶乌龙茶则更适合那些偏好带有焙火香和浓厚口感的人。

· 台湾阿里山茶田风光

乌龙茶名品

白鸡冠

白鸡冠与大红袍、铁罗汉、水金龟并称为武夷四大名茶。明清时期作为御茶，专供皇帝饮用。其得名源于茶树顶端那弯垂微黄、毛茸茸如白锦鸡冠般的芽叶。白鸡冠因产地局限、产量稀少而倍显珍贵。它多次冲泡仍有余香，还拥有独特的天然岩韵，被视作武夷岩茶中的精品，深受茶人喜爱与推崇。

叶底 嫩匀软亮，边缘呈红色

滋味 醇厚甘爽，回味无穷

香气 香气清锐，带兰花清香

汤色 清澈透亮，呈现出橙黄色泽

色泽 浅黄褐色，一部分呈黄绿色，一部分呈砂绿色

茶条 细长卷曲，茎叶薄而软

产地 福建省武夷山

白鸡冠的传说趣谈

白鸡冠作为武夷山四大名茶之一，背后流传着多个动人的故事。

道祖育茶

相传宋代时，道教“南宗五祖”之一白玉蟾主持武夷山道观期间，在大王峰下的白蛇洞中寻得此茶，并亲自栽培。他在品尝了白鸡冠后，写下了“两腋清风起，我欲上蓬莱”的佳句，表达对此茶的喜爱与赞美。

御茶传奇

据传，有一位知府携家眷前往武夷山时，他的儿子突然染上了恶疾，腹胀如牛，医药无效。幸好一位寺僧及时献上一杯佳茗，知府的儿子饮下后恶疾竟然痊愈了。知府忙询问茶名，寺僧回答“白鸡冠”。后来，知府将此事和茶叶一起呈报给皇帝，皇帝品尝后大为赞赏，敕令寺僧守护茶树，并每年赐银百两、粟四十石作为封赏。从此，白鸡冠成为御茶。

鸡血奇谈

从前，武夷山有一位勤劳的茶农，一次，他前往岳父家祝寿，特意带上了一只大公鸡作为礼物。途中，他在一片茶树下休息，并将公鸡安置在一旁的阴凉处。突然，一声惨叫传来，茶农回头一看，发现公鸡被一只大蜈蚣咬伤了鸡冠，鲜血洒在了一旁的茶树梢上。茶农感到十分痛心和愤怒，便决定不去祝寿了。但令人惊讶的是，这棵被鸡血浸染的茶树从此长势异常旺盛，新生的茶叶也变成了米黄色。这些茶叶经过炒制后，米黄中又呈现出乳白色，香气扑鼻。于是，人们便把这棵神奇的茶树命名为“白鸡冠”。

锦鸡救民

相传，古代的武夷山中有一只勇敢的白锦鸡，它为了保护村民免受恶人的侵害，英勇地献出了自己的生命。次年，在白锦鸡牺牲的地方奇迹般地长出了一株独特的茶树。这株茶树的叶子颜色偏白，散发着如花般的香气，形状酷似白锦鸡的鸡冠。村民们为了纪念这只为民除害的白锦鸡，便将这株茶树及其后代称为“白鸡冠”。由这种茶树制作的茶叶也因此得名“白鸡冠”。

白鸡冠的价值

白鸡冠不仅口感独特，还有多种保健功效。

抑制病菌

白鸡冠含有丰富的茶多酚，这种成分具有较强的收敛作用，对病原菌、病毒有明显的抑制和杀灭作用。

行气通脉

白鸡冠能够发汗解表，帮助改善血液循环。此外，茶中所含的咖啡碱能刺激肾脏，加快尿液的排出，提高肾脏的滤出效率，减少体内有害物质的滞留时间，从而达到行气通脉的效果。

消除疲劳

白鸡冠中的咖啡因具有刺激中枢神经的作用，能够提神醒脑，有助于缓解疲劳，提升工作或学习效率。同时，咖啡因还能排除人体中过量的乳酸，进一步促进身体恢复活力。

水問山尋

武夷岩茶中唯一的“道茶”

武夷山，这座云雾缭绕的仙山，自古以来便是道家修行的圣地。在道家眼中，武夷山是三十六洞天的第十六洞天，而白鸡冠正是这片圣地上的瑰宝，是武夷岩茶中唯一被认可为“道茶”的品种。这不仅是因为“道祖育茶”的传说，还因为白鸡冠自身卓越的品质与功效。在道教文化中，茶被视为一种能够提神醒脑、帮助修炼的辅助饮品。而白鸡冠独特的调气养生、行气通脉的功效，深受道教人士青睐。它不仅是道教修行者的理想饮品，更是他们修身养性、追求身心和谐的重要伙伴。

白鸡冠的冲泡方法

正确的冲泡方法能够最大程度展现白鸡冠的魅力。

选茶

挑选白鸡冠时，可先将干茶捧在手中，贴近鼻子轻嗅香气。若茶香持久浓郁，便是优质茶叶；反之，若带有青草气或其他杂味，则为次品。

备具

准备3克至5克白鸡冠，以及紫砂壶、茶匙、茶荷、品茗杯各一个。

温壶

首先，将开水倒入紫砂壶中，进行预热和清洗，然后倒掉废水。这一步有助于提升壶的温度，更好地激发茶香。

冲泡

使用茶匙将茶叶从茶荷中轻轻拨入紫砂壶内。随后，冲入约100℃的沸水，加盖后静置二三分钟，让茶叶与热水充分接触，释放出最佳的香气和滋味。

分茶

泡制完成后，轻轻提起壶盖，观察茶汤颜色，然后缓缓将茶汤倒入品茗杯中。首次冲泡时间不宜过长，以免茶汤过于浓烈。

品茗

一泡：香气虽微，却如微风拂面，鼻端隐隐有淡淡兰花香。入口甘淡、滑软，略有生津，韵味悠长。

二泡：此时香气内敛，层次丰富，口喉间弥漫着丰润的气息，仿佛有一股平和之气在胸腹间流转，带来全身的温暖感。

三泡：茶香依然不减，汤色淡黄清亮，水中仍有余香缭绕。此刻，茶香引人遐思，使人仿佛置身于武夷山的云雾之间。



白鸡冠的茶疗茶食

白鸡冠不仅口感独特，还具有一定的药食价值，可以与其他食材或药材搭配，制成茶疗或茶食，达到养生的效果。

消食养生茶

原料 白鸡冠 3 克，鲜酸橙 6 片。

制法 将白鸡冠和鲜酸橙一起放入紫砂壶中，先用 90℃的热水冲洗并闷泡 2 分钟，然后再加入沸水进行冲泡，等待 60 秒后即可品饮。

功效 此茶具有通阳散结、祛痰下气、理气消食、温中止呕的功能。胃肠症痛、消化功能不佳者可长期饮用，有助于改善消化问题。

枸杞调脂茶

原料 白鸡冠、枸杞子各 3 克。

制法 先用小火煎煮枸杞子，再取汁液，冲泡白鸡冠茶。

功效 枸杞具有滋补肝肾、益精明目的功效，与白鸡冠茶搭配，有助于调节血脂，对身体健康有益。

茶香芋丝饼

原料 白鸡冠 3 克、芋头 300 克、调好的肉馅 150 克，以及适量的精盐、白糖、胡椒粉、五香粉、麻油、植物油等。

制法 1. 将精选的白鸡冠茶叶用沸水细心冲泡，待茶香四溢后，轻轻捞出茶叶备用。

2. 挑选新鲜的芋头，洗净并削去外皮。随后，将芋头切成细丝，加入适量的精盐、白糖、胡椒粉、五香粉和麻油，以及之前备用的白鸡冠茶叶，轻轻拌匀。

3. 将拌好的芋丝均匀地分成两部分，将调好的肉馅夹在中间，轻轻压实后，放入蒸锅中，用中火蒸制约二三十分钟。

4. 待茶香芋丝饼冷却至适宜的温度后，放入锅中，用中小火煎至两面金黄。当金黄色的饼皮与诱人的香气交织在一起时，茶香芋丝饼便大功告成了。

功效 此茶食具有调节血脂和血糖的功效。芋头富含膳食纤维和多种微量元素，与白鸡冠搭配，既美味又健康。

乌龙茶名品

冻顶乌龙

冻顶乌龙茶是台湾著名的半发酵包种茶之一，被誉为“茶中圣品”。此茶品质优异，在当地享有“凤凰山中水，冻顶乌龙茶”之美誉。此茶源自台湾的冻顶山茶区，这座位于凤凰山支脉上的茶山，因气候凉爽温和、雨量充沛且终年云雾缭绕，成为孕育优质茶树的理想之地。冻顶山的名字虽听起来好似与严寒相关，但此地的年平均气温为20℃左右，远称不上寒冷。这个名字来源于当地居民上山采茶时，由于山路陡峭湿滑，必须蹑紧趾尖才能行走，台湾俗语称“冻脚尖”，因此得名“冻顶”。此山上种植的茶树皆属乌龙品种，故得名“冻顶乌龙”。由于冻顶山山势陡峭，采摘不易，因此冻顶乌龙的产量有限，尤其珍贵。

叶底	叶底软亮，整体呈现出『绿叶红镶边』的视觉效果
滋味	甘醇浓厚，回甘十足，带明显焙火韵味
香气	香气淡雅，有桂花香和轻微的焦糖香
汤色	黄绿明亮，偏琥珀色，澄清明丽，水底光洁
色泽	墨绿有光泽，带有青蛙皮般的灰白点，边缘隐隐有金黄色
茶条	条索紧结卷曲，通常呈半球形或虾球状，颗粒大小均匀且紧实圆润
产地	南投县鹿谷乡



冻顶乌龙的储藏方法

虽然冻顶乌龙和高山乌龙都属于乌龙茶类，有着相似的储存要求，但两者之间还是存在一些差异。

温度

冻顶乌龙茶对低温储藏的要求更高，通常需要在0℃至5℃的环境下保存，以保持其鲜爽度和香气。尤其是对于已经开封的茶叶来说，冰箱冷藏是推荐的方法。相比之下，高山乌龙茶虽然也适宜低温存放，但对温度的要求可能稍微宽松一点，尤其是在未开封的情况下，可以在室温下的阴凉处保存较长时间。

湿度

冻顶乌龙茶因为经过了较高的焙火处理，所以在储存时更需要注意防潮，避免湿气影响到茶叶的质量。高山乌龙由于发酵程度较低，通常不需要极端严格的湿度控制，但仍需保持干燥环境。

南冻顶，北文山

“南冻顶”与“北文山”是台湾乌龙茶中两大著名品种的代表，分别指南部的冻顶乌龙和北部的文山包种，二者同属于包种茶系列。“包种茶”这个名字来源于福建安溪的传统售茶方式，即用两张方形毛边纸将茶叶包装成四方形的包，并在外层加盖茶行的唛头标识。这种传统包装方法是其得名的原因。随着时间的发展，“包种茶”的含义已经从最初的包装形式演变为特指一种类型的乌龙茶。包种茶按照不同的外形可以分为两类：

半球形包种茶

以冻顶乌龙茶为代表，茶叶经过揉捻后形成紧实的半球形状。

条形包种茶

以文山包种茶为代表，茶叶保持较为自然的条索状，相对松散一些。



冻顶乌龙的传说趣谈

相传一百多年前，在中国台湾南投县鹿谷乡住着一位学识广博的青年，名叫林凤池。有一年，他听说福建要举行科举考试，便想去参加。然而，由于家境贫寒，缺少路费，他的梦想一度难以实现。得知林凤池的困境后，乡亲们纷纷慷慨解囊，为他凑足了路费。

林凤池带着乡亲们的期望与祝福踏上了前往福建的旅程。不久之后，他果然考上了举人，并在福建某县衙内就职。几年后，林凤池打算回台湾探亲，在那之前，他和同僚一起到武夷山游玩。在武夷山上，他被眼前的美景所震撼，岩间长着许多茶树，据说这些树上的嫩叶做成的乌龙茶香气浓郁、味道醇厚，长期饮用还有明目、提神、健胃、强身等作用。林凤池心想，如果能将这些茶苗带回台湾该多好啊。于是，他向当地茶农购买了一些乌龙茶苗，带回了台湾。

回到台湾后，乡亲们见林凤池衣锦还乡，喜出望外。又见他带来了福建的乌龙茶苗，更是激动不已。为了培育这些茶苗，几位有经验的老农便将它们种植在附近最高的冻顶山上，并派人精心照料。台湾气候温和，水源充足，茶苗棵棵成活，郁郁葱葱。后来，人们又按照林凤池介绍的方法，采摘芽叶，将其加工成乌龙茶。制成后的茶清香可口，醇和甘爽，成为乌龙茶中风味独特的佼佼者。这正是“冻顶乌龙”的由来。

冻顶乌龙是这样制作的

四季更迭，在时间的流转中绘出一幅幅生动的画卷。在这无尽的轮回中，有一种独特的韵味，静静地隐藏在台湾的茶园里，那就是冻顶乌龙。茶农们细心地采摘那一个个嫩绿的茶芽与嫩梢，开始了从初制到精制的乌龙茶之旅。

采茶期

春茶 从3月下旬至5月下旬是春茶的采摘时间。这一时期的茶叶被认为是最优质的，因为春天的气候温和湿润，有利于茶树生长，使得春茶香高味浓、颜色鲜绿。

夏茶 夏茶的采摘从5月下旬一直持续到8月下旬。由于夏季气温较高，虽然茶树生长迅速，但夏茶的品质通常不如春茶，口感相对清淡，香气也不如春茶那么浓郁。

秋茶 秋茶的采摘在8月下旬至9月下旬进行。秋季的天气逐渐转凉，昼夜温差加大，这有助于茶叶内含物质的积累，因此秋茶的质量介于春茶和夏茶之间，虽然不及春茶优质，但也别有一番风味。

冬茶 冬茶的采摘则在10月中旬至11月下旬。冬季寒冷，茶树生长缓慢，所以冬茶产量较少，其特色在于滋味较为醇厚，但香气可能不如春茶那样丰富。

采摘标准

冻顶乌龙茶的采摘标准为未开展的一芽二、三叶嫩梢，这样的嫩叶含有较高的氨基酸和芳香物质，能保证制成的茶叶具有良好的香气和滋味。

制作工序

冻顶乌龙茶的制作包括初制和精制两大工序。初制阶段包括萎凋、摇青、杀青、揉捻等步骤，以初步形成茶叶的形状和基础品质；精制则是对初制后的毛茶进一步加工，通过烘焙等手段提升或调整茶叶的香气与口感，最终制成可供销售的商品茶。

品质鉴别

选购冻顶乌龙时除了要注意外形和内质，还应该了解不同季节所产茶叶之间的品质差异。春茶通常被认为是最佳选择，秋茶次之，夏茶的品质相对较弱。不过，这也取决于个人口味偏好，有些人可能会更喜欢某一特定季节的冻顶乌龙独特的风味。



冻顶乌龙的冲泡方法

冻顶乌龙茶采用热泡法，旨在最大限度地提升茶叶的香气与口感，确保每一次冲泡都能达到最佳效果。此方法能有效激活茶叶内的芳香成分，使其在热水的作用下迅速展开，释放出饱满而丰富的味道。同时，热泡法还有助于清除茶叶表面的杂质，使茶汤更加清澈纯净。

烫壶，温盅

首先，用开水浇淋紫砂壶，既起到清洁作用，又预热了茶具，为接下来的冲泡奠定了良好的基础。

取茶，赏样

用茶匙轻轻地取出茶叶，先仔细观察干茶的外形，通过其色泽、形态等特征，初步了解茶性，从而决定置茶的分量。

置茶，摇壶

将精心挑选的茶叶放入茶壶中，盖上壶盖，轻轻摇晃几下，以促进茶叶香气的散发。

揭盖，闻香

揭开壶盖，深吸一口气，仔细闻干茶所散发出的香气。通过香气的浓郁程度、种类等信息，可以判断茶叶的烘焙程度、新旧状况等，进而调整泡茶的水温、浸泡时间等。

注水，润泡

向茶壶中注入少量热水，进行短暂的润泡。这一过程有助于茶叶初步吸收水分，为接下来的正式冲泡做好准备。润泡后，需迅速倒掉茶汤，以免影响后续茶汤的口感。

热杯、淋壶

用开水预热茶杯，再淋湿茶壶外部，以保持整个冲泡环境的温度稳定。这有助于茶汤香气的充分散发，提升品茶体验。

冲泡，浇壶

正式冲泡时，向茶壶中注入热水，直至满溢。盖上壶盖后，沿着壶身外壁浇淋一些热水，以增强保温效果，确保茶叶在高温下充分释放香气和滋味。

干壶，投汤

在提壶斟茶前，先将壶底的多余水分擦干。然后，按照一定的方式将茶汤均匀分配到各个茶杯中。台湾茶人习惯称之为“投汤”，有两种常见方式：一是先将茶汤倒入茶海，再用茶海向各个茶杯均匀斟茶；二是直接用泡壶向杯中斟茶。

乌龙茶名品

肉桂茶

肉桂茶一般指武夷肉桂茶，又称玉桂，历史可追溯至100多年前。因为此茶的香气滋味与桂皮相似，所以被人们称为“肉桂”。武夷肉桂茶以高扬的香气和丰富的“岩韵”而著称，是岩茶中的佼佼者，具有“**香久益清，味久益醇**”的特点，即香气持久清新，味道越品越醇厚。清代诗人蒋衡在《茶歌》中给予了肉桂茶高度评价——“**奇种天然真味存，木瓜微酽桂徽辛**”，他形容肉桂香气辛辣而尖锐，具有强烈的刺激感，进一步印证了武夷肉桂茶在历史上的重要地位和独特魅力。

叶底	肥厚柔软，绿叶红边
滋味	醇厚甘鲜，清润爽口，同时又不失鲜滑感，让人回味无穷
香气	带有奶油、花果以及典型的桂皮香，浓郁而持久
汤色	橙红清澈，颜色明亮诱人
色泽	乌褐鲜润，油亮有光泽
茶条	条索匀整，紧结壮实，卷曲有度
产地	福建省武夷山





肉桂茶的传说趣谈

清末，武夷山有一位名叫蒋蘅的才子，他不仅才华横溢，更是一位品茗高手，对茶叶有着独到的眼光和深刻的鉴赏力。某年初夏，武夷山蟠龙岩的岩主新研制出一种香气独特的茶叶，特地邀请了蒋蘅及多位岩主前去品赏。蒋蘅轻尝一口茶汤，只觉香气扑鼻而来，滋味醇厚独特，不禁赞不绝口。蟠龙岩岩主听后，满心欢喜，随即请蒋蘅为这款新茶赐名。蒋蘅思索片刻，细细品味着口中的茶香，认为此茶的品质和香气十分突出，可以称作“肉桂”。岩主和在座的众人听后，都纷纷点头表示赞同。从此，这款茶叶便以“肉桂”之名，名扬四海。

肉桂茶成名史

肉桂茶的历史可以分为几个关键阶段。

初识肉桂

据清代的《崇安县新志》记载：“蟠龙岩之玉桂……皆极名贵。”这里的“玉桂”便是现在的肉桂茶，而当时的崇安县便是今天的武夷山市。

初次受挫

20 世纪 40 年代初，一些茶叶工作者想要进一步鉴定肉桂茶的品质，然而，由于栽培管理技术有限，试验中的肉桂茶树不幸染病，长势不佳。因此，肉桂茶树被贴上了“抗逆能力不强”的标签，未能得到应有的重视和繁育。

逐渐认可

20 世纪 60 年代，人们重新认识到了肉桂茶的优异品质，逐步开始繁育并扩大种植面积。至 20 世纪 70 年代初，肉桂品种的高产优质特性得到了广泛认可，这为后来的扬名奠定了基础。

扬名天下

1982 年 3 月，在全国花茶、乌龙茶优质产品评比会上，武夷肉桂茶一经亮相，便引来到会的 19 个省市代表的赞赏。这次大会成为肉桂茶扬名天下的重要契机，使其在全国范围内迅速走红。此后，肉桂茶屡获国家级名茶殊荣，成了武夷岩茶中的当家品种。

大红大紫

20 世纪 90 年代后，凭借独特的奇香异质，肉桂茶愈发受欢迎。近十余年来，肉桂茶的种植面积在武夷山迅速扩大，占据了总体种植面积的 80% 以上。如今，在武夷山游客常到访的地方，超过 90% 的茶树都是肉桂茶，充分显示了其在现代茶叶市场上的非凡地位。



“开面采”

开面采是一个茶业术语，简单来说，它指的是在茶树新梢停止生长并形成驻芽之后进行的采摘。在开面采时，茶叶的形态会有所不同，主要包括未开面、小开面、中开面和大开面四种。

未开面

新梢的顶芽尚未展开，此时茶叶还处于较为嫩的阶段。

小开面

驻芽已经形成，顶叶开始展开，但边缘仍带有些许内卷。

中开面

顶叶已完全展开，其面积约为第二片叶子的一半。

大开面

顶叶面积进一步增大，约为第二叶的三分之二甚至更大，与第二叶大小接近。

开面采的目的是获得品质上乘的茶叶原料。同时，开面采也有助于控制茶叶的产量和质量，使得茶叶更加珍贵。采摘肉桂茶时，通常采下二三叶，且以中开面采为宜。这样采摘的茶叶老嫩适宜，内含物质丰富，制成的茶叶香气高扬、滋味浓郁。

同时，茶农们也要注意选择恰当的时间和天气采摘肉桂茶叶。

时间

主要集中在每年五月上旬，这是春季茶叶生长最为旺盛的时期，茶叶品质较为优异。

时段

上午十点到下午三点是最佳的采摘时段，此时段内温度适中、光照充足，有利于保证茶叶的品质。

天气

选择晴天进行采摘至关重要，因为晴天采摘的茶叶含水量较低，有利于后续的晒青和加工，同时也有助于保持茶叶的清新香气。









水問山尋

怎样选出好肉桂茶

在选购肉桂茶时，可以参考以下方法来鉴别出较为优质的好茶。

察外形

优质的肉桂干茶色泽乌褐或带有蛙皮青，有时表面还会带有一层极细的白霜，这是茶叶内含物质丰富的表现。茶叶的匀整度也是判断品质的一个重要指标，匀整的茶叶在冲泡时能更好地展现香气和滋味，断碎过多的茶叶则会影响品饮体验。

闻香气

上等肉桂茶的香气纯净而馥郁，有肉桂、乳香、花果香等类型，这种香气不仅存在于干茶中，冲泡后更能从茶汤中散发，有的甚至三四泡后才出现，需静心慢品。若茶叶带有青草气或其他异味，则可能是假茶或受污染的茶叶。

品滋味

正宗的武夷肉桂茶入口醇厚浓郁，回甘迅速，叶底舒展柔软而鲜活，这是所谓的“活茶”。相比之下，一些普通茶为了掩盖缺陷，以次充好，可能会通过高火烘焙让叶子变得死黑紧缩，不易泡开，这样的茶被称为“死茶”，并非真正的滋味浓厚。



肉桂茶的冲泡方法

冲泡肉桂茶不仅是一种享受，也是一种艺术。正确的冲泡方法能够最大限度地释放茶叶的香气和味道。

备具

冲泡肉桂茶的最佳器具是紫砂壶，因为它能更好地保留并散发出茶叶的香气。紫砂壶经过长时间使用后，还会吸附茶香。

温杯

在冲泡前，用热水将茶壶和茶杯温热。

取茶

根据个人口味和容器大小取茶，一般选择 8 克左右的茶叶量。茶叶量少了味道会淡，量多了则可能过浓。

注水

肉桂茶以浓烈桂皮味出名，高温能更好地激发其香味。选择 100℃的沸水，以高冲注水的方式，从一侧缓缓地由低到高注水，让茶叶翻滚起来，这样有助于茶叶的均匀受热和香气的释放。同时，高冲注水还能将茶末挤到一边，避免影响茶汤的口感。

首次冲泡

首次冲泡的时间可以在 10 秒至 1 分钟之间调整。如果喜欢浓茶，可以适当延长闷泡时间，但不宜过长。

后续冲泡

第二次冲泡的时间可以在 20 秒至 1.5 分钟之间，第三次冲泡时间可延长至 30 秒至 3 分钟。之后每次冲泡的时间逐渐延长，优质的肉桂茶可以冲泡六次以上。

品茗

先揭开壶盖，轻轻嗅闻茶香，感受肉桂茶的独特香气，观察茶汤的颜色是否金黄透亮。随后将茶汤倒入茶杯中，分三口轻啜慢饮。在品饮过程中，可以细细品味肉桂茶的香气、滋味和口感。

乌龙茶名品

水仙茶

水仙茶是中国传统名茶之一，属于乌龙茶中的武夷岩茶。武夷山独特的地理环境和气候条件为水仙茶提供了优越的生长条件，使得该茶品质尤为突出。水仙茶树的特点是树冠较为高大，叶片宽厚，制成的茶叶内含物质丰富，口感独特，香气持久。作为武夷岩茶的传统珍品，水仙茶已经有数百年的栽培历史，它也是目前武夷岩茶里产量最大、传播最广的品种之一。

产地	福建省武夷山区
茶条	条索匀整，紧结粗壮，呈“蜻蜓头”“青蛙腿”状
色泽	乌褐油润，赏心悦目
汤色	橙黄清澈，如同琥珀般晶莹剔透
香气	浓郁鲜锐，带有兰花清香
滋味	鲜滑醇浓，回甘迅速，带“岩韵”
叶底	厚软黄亮，边缘微微泛红，呈“朱砂边”

水仙茶的传说趣谈

相传，有一年武夷山遭遇了前所未有的酷暑，一个以砍柴为生的建瓯汉子上山劳作，热得头昏脑涨、唇焦口燥。为了避暑，他来到附近的祝仙洞，找了个阴凉的地方小憩。才刚坐下，汉子便感觉有一阵清风携带香气扑面而来，循香望去，只见有一株小树，绿叶浓密宽厚，花朵洁白如雪，点缀其间。他忍不住摘了几片绿叶，放进嘴里咀嚼，顿时感觉满口清爽，头昏胸闷的感觉烟消云散，精神也为之一振。于是，他从树上折下一根小枝，挑起柴火，便下山回家了。

然而，这天夜晚风雨交加，他家里的一堵墙不幸倒塌了。次日清晨，汉子惊讶地发现，那根折下的树枝虽被压在了土墙之下，可依然挺立，且迅速萌发了新芽，吐出了绿叶。没过多久，这根树枝竟奇迹般地长成了小树。他用新发的芽叶泡水喝，发现这水同样清香四溢，入口甘甜，不仅解渴提神，还有强身健体的功效。这一奇事迅速在村里传开，人们纷纷前来采摘这棵树的芽叶，泡水品尝。

当人们询问这棵树的来历时，这名汉子讲述了自己的奇遇。但由于建瓯方言中祝仙洞的“祝”字与崇安方言中的“水”字发音相近，崇安人误以为这棵树名为“水仙”，这种茶叶也就被称作“水仙”了。此后，人们纷纷效仿建瓯人压条繁殖的方法，水仙茶树迅速繁殖，遍布山野，远播四方。

水仙茶的历史和发展

水仙茶的传播不仅见证了历史的变迁，还体现了茶农们不断探索和创新的精神。从最初的发现到如今遍布多地的种植与生产，水仙茶的发展历程充满了传奇色彩。

起源

水仙茶的历史大概可以追溯到清道光年间（1821—1850年），当时它已是闽北地区较为著名的优质茶叶之一。根据历史记载，水仙茶种的发源地为建州瓯宁县（今福建省建瓯市）小湖乡大湖村的严义山祝仙洞。据1939年张天福编写的《水仙母树志》记载："清道光年间，有泉州人苏姓者，业农寄居大湖……一日往对岸义山……经桃子岗祝仙洞下，见树一，花白，类茶而弥大……试以制乌龙茶法制之，竟香冽甘美……命名曰'祝仙'……当地'祝''水'同音，渐讹为今名'水仙'矣。"

发展

由于水仙茶树开花不结果，使得它的推广困难。后来，人们发现了压条繁殖的方法，从而能够大量种植水仙茶树。这种方法极大地促进了水仙茶的传播和发展。大约在光绪年间（1875—1908年），水仙茶被引入武夷山地区，利用当地优越的自然环境条件，生产出了品质更为优异的武夷水仙。随后，在1918年，水仙茶又传入了永春县虎巷等地，形成了所谓的永春水仙或闽南水仙。这两个地区的水仙茶都因其独特的地理优势而获得了极高的评价。

水仙茶的分类

根据焙火程度的不同，水仙茶可以分为轻火水仙、中火水仙和足火水仙；根据采茶季节的不同，水仙茶还可以分为春茶水仙和冬片水仙。每种类型的水仙茶都有着独特的风味特征和品饮体验。

轻火水仙

这种茶叶在焙火过程中受到的火力较小，保留了较多的新鲜感和原始香气。茶汤颜色较浅，呈金黄或橙黄色，味道清新淡雅，适合喜欢清淡口感的茶友。

中火水仙

这种茶叶经过了适中的焙火处理，既保持了一定的新鲜度，又增添了一些烘焙带来的甜香。茶汤色泽较为明亮，滋味醇厚且层次丰富，是许多茶友的理想选择。

足火水仙

这种茶叶采用了较高的焙火温度，使得茶叶内部的水分进一步减少，香气更加浓郁持久。茶汤颜色呈橙红色，口感饱满，带有明显的烘焙香气，适合喜欢浓烈口味的茶友。

春茶水仙

春季采摘的水仙茶品质最佳，整体表现很出色。冲泡后的茶汤颜色从金黄到橙黄不等，滋味醇鲜，香气醇厚，入口甘爽且回甘迅速。



冬片水仙

冬季采摘的水仙茶产量较低，通常被制成清香型。相较于春茶水仙，这种茶的汤色稍浅，味道略薄但香气清新。



老枞水仙

老枞水仙是一种特别的水仙茶，指的是树龄较长的茶树所产的茶叶。这类茶树因为生长年限久远，枝干上往往会覆盖有明显的青苔，赋予了茶叶一种特殊的“枞味”，即腐木味、棕叶味和青苔味。老枞水仙不仅具有传统水仙茶的优良品质，还额外增添了自然的木质香气，带来了更为复杂而迷人的感官享受。



水仙茶的做青标准

制作水仙茶的过程包括晒青、晾青、做青、杀青、揉捻、干燥等工序，而其中做青是形成水仙茶独特风格的关键工序。为了确保茶叶的品质，做青的过程需严格遵循一定的标准。

叶脉透明

这一变化表明叶片内部的水分已经适当流失，即“失水”过程已经完成。叶脉变得透明是做青适度的重要标志之一。

叶面青绿色，叶缘朱红色

俗称“青蒂、绿腹、银朱缘”。这种颜色对比不仅美观，还反映了氧化程度，有助于形成水仙茶特有的香气和口感。

青气消失，散发出浓烈花香

随着做青的进行，原始的青草气会逐渐减弱直至消失，取而代之的是浓郁且持久的花香，特别是类似兰花的香气。这是评价做青质量好坏的重要指标。

叶缘收缩，形成汤匙状

由于边缘区域失水较多，导致叶片边缘向内卷曲，整个叶片呈现出类似汤匙的形状。

减重率和含水量控制好

在做青过程中，鲜叶的重量也会有所减少，理想的减重范围应在 25% 到 28% 之间。同时，最终的含水量应控制在 65% 至 68% 左右，这样的含水量既保证了茶叶的活性，又防止了因过度失水而影响品质。



水仙茶的储藏方法

水仙茶作为一种香气独特、口感醇厚的茶叶，恰当的储藏条件对于保持其品质至关重要。

密封

密封是保持水仙茶新鲜度的关键。可以使用干燥箱或陶罐存放茶叶。在罐口放置两层棉布并压上盖子，确保密封性良好。

干燥

干燥的环境可以防止茶叶受潮。有双层盖子的罐子，纸罐、锡罐、马口铁罐等都可以使用。在罐内先摆一层棉纸或牛皮纸，这些材料都能起到很好的防潮作用，然后再盖紧盖子。

低温

低温储藏可以进一步延长水仙茶的保质期。如果条件允许，最好预备一台专门贮存茶叶的小型冰箱，将温度设定在 −5℃以下。确保茶叶包装的封口紧闭，然后将其放入冰箱内。

乌龙茶名品

凤凰单丛

凤凰单丛又被称为“广东水仙”，是从凤凰水仙种中精心挑选出来的优异单株，因采用单株采收、单株制作的方式而得名。凤凰单丛“形美、色翠、香郁、味甘”，其中最出色的便是其在冲泡时散发出的浓郁天然花香，这种香气不仅清高而且多样，使凤凰单丛成为茶中翘楚。

叶底	肥厚柔软，绿叶红镶边，色泽鲜活
滋味	浓厚甘鲜，入口回甘明显
香气	浓郁持久，种类繁多，有桂花香、兰花香、栀子花香等多种类型
汤色	橙黄明亮，清澈透明
色泽	乌褐油润，略带红边
茶条	紧结匀整，粗壮挺直
产地	广东省潮州市潮安县凤凰镇凤凰山





凤凰单丛的传说趣谈

据传，在七百多年前，宋末的幼主赵昺在逃避元兵追击的过程中，从福建一路逃至广东的凤凰山。一天，他们疲惫不堪地爬上了乌家顶天池，累得汗流浃背，口渴难耐。年幼的赵昺坐在草地上不停地喊着要喝茶。随行的大臣无奈地告诉他，这里云雾缭绕，四周没有人烟，根本找不到茶喝。赵昺听后伤心地哭了起来，依旧不停地要求喝茶。就在这时，奇迹发生了！只见浓雾突然散开，天空中出现了一朵五彩祥云，云端上飞着一只美丽的凤凰鸟。凤凰鸟嘴里叼着一根带有绿叶的树枝飞了过来，将这根树枝投向了赵昺面前，然后驾着祥云缓缓离去。这一幕让在场的所有人都感到十分惊奇。

赵昺捡起那根树枝，发现叶子翠绿欲滴，非常惹人喜爱。出于好奇，他摘下一片叶子放入口中咀嚼，惊讶地发现这是一种从未见过的好茶。于是，他兴奋地将叶子分享给周围的人，大家尝过后也都赞不绝口。树枝上的叶子很快就被摘完了，但枝头上还留有两个茶果。赵昺好奇地剥开果壳，取出了里面的八颗茶籽，并将它们种在了地上。神奇的是，这些茶籽一落地便迅速生根发芽，长成了八株茶树。赵昺见状更加兴奋，又摘下了更多的茶果，取出其中的茶籽撒遍了山坡，并高呼：“鸟嘴茶啊，快快长大吧！”

果然，这些茶籽所到之处，都迅速长出了茂密的茶树，最终将整座山覆盖得郁郁葱葱。后来，这种茶在整个凤凰山区广泛种植，凤凰人将其称为“宋种”或“鸟嘴茶”，以纪念这段传奇。

水問山尋

品鉴凤凰单丛

品鉴凤凰单丛茶不仅是一种饮茶行为，还是一场探索茶之精髓的旅行。我们可以使用七字诀对其进行细致的评估，即“醇、甜、甘、香、韵、滑、润”。

醇

指茶汤的醇厚度和质感。优质凤凰单丛应具有明显的醇厚感，茶汤入口时如同丝绸般顺滑，能够顺畅地滑过喉咙，无丝毫滞涩感，且喉部留有余香。

甜

指茶汤的蜜味和蜜香。品尝时，茶客能感受到茶汤中弥漫的浓郁蜜香与甜润滋味，这种甜并非单纯的糖分甜味，而是源自茶叶本身的自然甜润。

甘

指茶汤的回甘及力度。好的凤凰单丛不仅汤中有香，喝完喉底也有甘香和甘润的感觉，俗称“有喉底”。品饮时，回甘迅速而强烈，尤其是在喉部感受到的甘甜更加明显，回味悠长。

香

香气高锐浓郁，持久不散。初闻时，香气扑鼻，令人精神为之一振；细品时，冷香清幽，如幽兰般隽永。香中有味，即香气与茶汤的味道完美融合，形成独特的香气韵味。

韵

指“山韵”。凤凰单丛的“山韵”源自高山环境，茶叶内含氨基酸比例较高，带有一种近似苔藓的清新味道。

滑

浓醇爽口，浓而不涩，甘滑回香。滑是最高品质的象征，只有在整个制作过程非常完善的情况下才能体现。茶汤入口顺滑，即使浓度较高也不会感到涩口，反而有一种甘滑回香的感觉。

润

陈年的凤凰单丛甜润饱满，口感细腻柔滑，饮后口中仍有余香，不会感到滞重或涩口。



怎样选出好凤凰单丛

在选购凤凰单丛时，可以参考以下方法来鉴别出较为优质的好茶。



看外形

优质的茶叶细长紧结，色泽乌润，黄片（老叶）少，没有过多的断碎或霉变迹象。同时，好的干茶通常保留着小的白色芽头，这表明其制作工艺精良。

闻香气

优质的茶叶香气舒缓，带有清新自然的花香。香气细锐但不易察觉，且让人感到非常舒适，这类茶更是被视为极品。还可以分为干茶香和杯盖香。

干茶香

将盖碗烫热后放入干茶，轻轻摇晃，逼出香味。低档单丛可能因添加香精或工艺不佳，导致香气高飘刺激且很快消失，又或者因火侯过大而导致香气浑浊；中档单丛香气清高持久，馥郁宜人，但茶汤中的香味较弱；高档单丛茶汤中的香气细锐绵长，回甘悠长，每泡都有不同的体验。

杯盖香

冲泡后，轻嗅杯盖内部的香气。低档茶的杯盖香微弱或没有；中档茶的杯盖香不持久；高档茶的雅致香紧紧依附杯盖，猛晃也不散。



品滋味

低档茶

浓香型可能带有火味，而清香型味道较为淡薄，容易出现苦涩感。

中档茶

浓香型茶汤厚实醇滑，层次丰富；清香型口感清爽，回甘良好。

高档茶

茶汤中蕴含丰富的香气，口感厚重绵滑，回甘强劲而不刺激，即使久泡也不会苦涩，舌底生津，整体体验自然舒适。上品凤凰单丛具有独特的山韵蜜味，二泡、三泡时香气最为浓郁，五泡、六泡时口感达到最佳状态。

“假力洗茶渣”

“假力洗茶渣”这个谚语源自凤凰山区的一个有趣故事。过去，茶农经常使用一种名为“孟臣”的紫砂罐来泡茶。这种茶罐经过长时间的使用后，罐壁上会积累一层赤红色的“茶沿”，这是茶叶中的天然物质在高温下沉积形成的，对泡茶有着意想不到的好处。它能够极大地提升茶汤的香气和浓度，甚至在只加入少量茶叶或不加茶叶的情况下，也能泡出具有鲜明色泽和香味的茶汤。

然而，有一位年轻的后生认为罐内不干净，便花了很大力气将茶罐彻底清洗干净。当他把干净的茶罐展示给长辈看时，非但没有得到表扬，反而被长辈严厉批评：“假力洗茶渣，力不得法，输过惰。”他的这一行为，虽然出发点是好的，但却违背了茶农们长期积累下来的泡茶智慧。后来，这个谚语也广泛地传播开来，用来形容那些热心但方法不当，最终吃力不讨好的行为。

乌龙茶名品

黄金桂

黄金桂，又称黄旦，是乌龙茶中的一款名茶，因茶汤金黄，香气如桂花，故名“黄金桂”。黄金桂的显著特点可以概括为“一早二奇”。“一早”指的是它的萌芽时间早，相较于其他乌龙茶品种，黄金桂更早进入采摘期，能更早上市。“二奇”指的是黄金桂的外形主要以“细、匀、黄”为特征，内质则表现为“香、奇、鲜”。所谓“一闻香气而知黄旦”，黄金桂的香气突出，令人难忘，在产区也被称为“清明茶”“透天香”，有着“未尝天真味，先闻透天香”的美誉。早在1982年，它就被商业部评为优质产品。1985年，黄金桂更是进一步获得了农牧渔业部和中国茶叶学会的认可，被评为“中国名茶”。

叶底	柔软且均匀，呈黄绿色
滋味	清爽鲜美，回甘持久，令人回味无穷
香气	高雅持久，带桂花香
汤色	呈金黄色，清澈明亮
色泽	以黄绿色为主，油润有光
茶条	紧结卷曲，细秀匀整
产地	福建省泉州市安溪县

黄金桂的传说趣谈

黄金桂作为一种历史名茶，其背后有着丰富的传说和故事。

奇树“透天香”

相传在清代咸丰年间，安溪县罗岩乡有一位叫魏珍的茶农。某天，他偶然路过北溪天边岭，发现了一株正在开花的奇异茶树，不禁心生欢喜，便将它的枝条折下，带回家中，插进了盆中，通过压条的方法繁殖出了不少茶苗。这些茶苗在魏珍的精心照料下茁壮成长，采摘后制成的茶叶香气扑鼻，令人陶醉。当魏珍邀请邻居品尝这些茶叶时，大家都为奇香倾倒，认为此茶香气浓郁，甚至还没揭开杯盖就已经扑鼻而来，因此赞誉为“透天香”。

姻缘育黄旦

据传，1860 年春，安溪县罗岩乡灶坑村有一个名叫林梓琴的青年，他迎娶了西坪乡珠洋村的王暗淡为妻。按照当地的习俗，新婚后的青年夫妇要进行“对月换花”的仪式，新娘要从娘家“带青”过来，也就是带一种植物苗作为礼物，寓意着新娘将在婆家扎根繁衍。王暗淡带来的正是一株萌芽特早的野生茶苗。她将这株茶苗种植在了祖厝边的园地内，并与丈夫一起细心培育。随着时间的推移，这株茶树逐渐枝繁叶茂，采摘焙制后的茶叶色泽黄绿，香气如同桂花，滋味鲜爽，赢得了众人的赞誉。夫妇二人发现此茶奇特，便对其进行了大量的繁衍和栽培，邻居也争相移植。由于这株茶树是王暗淡带来的，且“王”与“黄”在方言中同音，“淡”与“旦”语音相近，因此人们谐称其为“黄旦”。

茶乡婚俗

安溪作为中国著名的茶乡，有着丰富多彩的婚姻茶俗，除了“对月换花”之外，还有许多其他独特的婚俗习惯。这些习俗不仅体现了地方文化特色，还展示了茶在安溪人民生活中的重要地位。

对歌成婚

古代安溪的男女青年有一种特殊的婚前习俗——对歌成婚。这种习俗通常发生在茶园或特定场合，男女通过唱安溪茶歌来表达彼此的爱意和情感。这种方式不仅是寻找伴侣的一种浪漫方式，也是展示个人才华和魅力的机会。通过歌声交流，双方可以更好地了解对方的性格和兴趣。

办盘习俗

在古代安溪婚俗中，“办盘”是一个重要的婚前礼仪环节。当男女双方确定了婚期后，男方家庭需要在婚礼前几天准备好聘金和其他礼品送到女方家中。这些礼品除了传统的鸡、酒、猪腿、线面、糖品外，茶叶也是必不可少的一部分。特别是对于茶乡的家庭来说，送上本地产的上好茶叶象征着对这段婚姻的美好祝愿和尊重。

婚宴敬茶

在婚宴过程中，新郎新娘有一项重要的任务，那就是向宾客敬茶。这通常是在上几道菜之后进行，新郎新娘会按照席位依次向每位宾客敬献香茗。宾客在接受茶水时，通常会说一些吉利的话语逗趣助兴，如果遇到故意开玩笑不愿接受茶水的宾客，新人必须保持耐心，反复敬茶直到宾客接受为止。



黄金桂的茶疗茶食

黄金桂不仅是一种香气独特、味道鲜美的茶叶，还可以与其他食材结合，创造出美味的茶食和具有保健功效的茶疗。

玫瑰乌龙茶

原料 黄金桂茶 3 克，玫瑰花 2 克。

制法 将黄金桂的茶叶和玫瑰花一同放入茶壶中，用沸水冲泡约 2 分钟，待茶香与花香充分融合后即可饮用。

功效 玫瑰花具有活血化瘀的作用，能够促进血液循环，帮助肌肤保持光泽。

黄金桂本身有清热解毒、健脾和胃的功效，搭配玫瑰花更能起到调理肠胃、舒缓情绪的作用。

西湖牛肉羹

原料 瘦牛肉 200 克，豆腐 250 克，鸡蛋 2 个，香菜末、黄金桂茶末适量，盐、味精适量。

制法 1. 将瘦牛肉洗净后剁碎，放入沸水中焯熟，捞出备用。

2. 将豆腐切成小丁，香菜洗净切末，鸡蛋取蛋清备用。

3. 锅中倒入清水，加入牛肉、豆腐和黄金桂茶末，煮至沸腾。

4. 加入适量的盐和味精调味，然后缓缓倒入打散的鸡蛋清，并撒上香菜末，搅拌均匀即可。

功效 这道西湖牛肉羹香醇润滑，带有淡淡的茶香，非常适合秋冬季节食用，既能暖身又能滋养身体。黄金桂茶末的加入不仅能增添菜肴的独特风味，还具有和胃养肝的效果，帮助消化吸收，改善食欲。



黄金桂的冲泡方法

正确的冲泡方式可以帮助茶客们享受到一杯香气扑鼻、滋味醇美的黄金桂。

准备

准备一个紫砂壶或盖碗作为泡茶的主要工具，备齐茶匙、茶荷、品茗杯以及开水壶各一件，黄金桂 7 克。

温杯

先用热水冲洗紫砂壶或盖碗，提高茶具的温度，有利于激发茶叶的香气。

投茶

用茶匙将准备好的黄金桂干茶轻轻拨入紫砂壶或盖碗中。注意动作轻柔，避免茶叶破损。

冲泡

将 100℃左右的沸水沿壶或碗边缓缓注入，使茶叶充分浸润。如果使用紫砂壶，可以稍待片刻，让茶叶在壶中翻滚，更好地释放香气。

浸泡

浸泡二三分钟，具体时间可根据个人口味调整，喜欢浓一点的可以适当延长浸泡时间。

倒茶

将泡好的黄金桂茶汤倒入品茗杯中，以七分满为宜。这样既能保证茶汤的鲜美，又能避免烫伤。

赏茶

随着茶汤的倒入，可以观察到汤色逐渐变得金黄透明，如琥珀般诱人。

闻香

轻轻晃动品茗杯，茶香扑鼻，如空谷幽兰，令人心旷神怡。

洗茶

第一泡茶通常作为洗茶，不喝，用于唤醒茶叶和预热茶具。

细品

从第二泡开始品尝，此时茶汤香气最佳。待茶汤冷热适中时，小口慢慢品茗，感受其纯香甘鲜的滋味。

水問山尋

第五章

清新纯正——白茶

白茶，因成茶的芽头满披白毫，如银似雪，故而得名。白茶制作不经杀青或揉捻，工序简单，可分为白毫银针、白牡丹、贡眉、寿眉等品类。今人常将新茶贮存，待它自然发酵成老白茶。白茶性清凉，具有清热解暑、降火解毒等功效。品饮时，新茶清新爽口，老茶醇厚甘甜。冲泡方式简单，深受国内外茶友喜爱。



水問山尋



素雅天成

白茶的特性

为了更全面地领略白茶之美，我们将从白茶的外观特征、汤色、口感等方面深入解读。

白茶的外观

白茶干茶呈现灰绿色，周身遍布细密的白毫，被爱茶之人誉为“绿妆素裹”的美人。这种独特的白色茸毛源自天然，并且因为在茶叶后续的加工过程中不揉不炒，直接晒干或烘干，它才能保留下来，让白茶能呈现出一种自然、纯净的美感。

白茶的汤色

新白茶的汤色，清澈而明亮，泛着淡黄或杏黄的色泽。随着岁月的沉淀，老白茶的汤色浓郁，橙黄色、琥珀色等色彩开始显现，这是色素物质在氧化作用下的自然变化。

白茶的口感

新白茶的茶汤，醇和爽滑，不苦不涩，回甘悠长，淡雅而持久。老白茶尝起来更加厚重饱满。尽管老白茶滋味浓郁，但它依然保持着柔和、细腻与顺滑的口感。



白茶的价值

在健康饮品的领域中，白茶赢得了许多人的青睐。除了口感外，白茶有许多对人体有益的营养成分。

增强免疫力

国外多项研究证实，白茶能显著提升人体免疫细胞的干扰素分泌水平，为人体免疫系统构筑起坚实的防线，有效抵御外部疾病的侵袭。

抗菌抗炎

白茶提取物被证实具有显著的抗菌能力，特别是针对葡萄球菌、链球菌等常见致病菌。

抗氧化与延缓衰老

白茶富含的天然抗氧化成分能够有效抵抗自由基的侵害，从而延缓人体的衰老过程。

调节血脂，助力健康减重

白茶在降脂、减肥方面展现出独特优势，能帮助调节人体内脂肪平衡。

保护肝脏

白茶能减轻肝脏负担，促进肝脏细胞的修复与再生，维护肝脏健康。

守护心血管健康

中国疾病预防控制中心的研究证实了白茶在心血管保护方面的显著作用，它能有效降低血脂水平，减缓血栓形成，为心血管健康提供坚实保障。

千年雪韵

白茶史话

白茶作为中国传统名茶，在历史文献中多有记载，从中我们可以窥见白茶在历史长河中的演变轨迹，感受其独特的魅力。

史料中的白茶

茶圣陆羽在《茶经》中引用了《永嘉图经》的记载：“永嘉县东三百里有白茶山。”这一描述，被视为目前已知的关于白茶的最早文字记录。然而，唐代尚未形成白茶的生产工艺。因此，从文献的角度进行推测，陆羽所提及的“白茶”，可能是指那些天生具有白化变异的白叶茶树种，或是那些芽叶上覆盖有白色茸毫，被当时的人们称为白茶的树种。

宋代，宋徽宗在《大观茶论》中写道：“白茶自为一种，与常茶不同。其条敷阐，其叶莹薄。崖林之间偶然生出，盖非人力所可致……芽英不多，尤难蒸焙……须制造精微，运度得宜，则表里昭澈，如玉之在璞，他无与伦也……”这里提到的“蒸焙”工艺，并不是通常概念中的白茶制作工艺，联想到当时的贡茶流行龙凤团茶，可以推测宋徽宗记录的“白茶”应该也是蒸青绿茶的一种，只是原料有可能和唐代一样，来自特殊的“白茶”树种。

明代，田艺蘅所著的《煮泉小品》里提到：“芽茶以火作者为次，生晒者为上，亦更近自然。”符合白茶以萎凋为主的加工方法。现代人普遍认为，田艺蘅在《煮泉小品》中所提到的“白茶”才是关于真正的六大茶类之一白茶。

从唐代到明代的史料中可以看出，早期文献中的“白茶”多因树种得名，但制作工艺却不尽相同。随着时间的推移，白茶的加工工艺逐渐明确，形成了如今独特的白茶品类。



景谷大白

白茶的树种介绍

白茶的品质与风味和茶树品种紧密相关，以下列举的是常见的白茶树种。

菜茶

菜茶是一种通过种子繁殖的灌木型茶树，栽培历史长达千年。由于它常被种植在民居周围，与菜园作物相似，因此得名。菜茶曾是白茶的重要原料，多用于制作贡眉、寿眉，偶尔也用于制作白牡丹，但由于茶芽较细，制成的白茶毫毛不够明显，香气偏淡，所以不太适合制作白毫银针。如今，随着更高效益的大白茶品种的出现，菜茶的种植面积逐渐减少。

福鼎大白茶

福鼎大白茶是一种小乔木型中叶早熟品种，被誉为“华茶1号”。它产自福建省福鼎市太姥山，1857年成功移植，后在白茶产区广泛种植。1984年被认定为国家良种。福鼎大白茶芽头肥壮，白毫密布，内含物质丰富，是制作高品质白茶的理想选择，特别是白毫银针和白牡丹，具有茸毛洁白、汤色鲜亮的特点。

福鼎大毫茶

简称大毫。小乔木型，但叶片较福鼎大白茶更大，早熟。1880年由福鼎市点头镇的茶农选育而成，1984年被认定为国家良种。茶叶茸毛洁白如雪，非常适合制作白茶，尤其是白毫银针和白牡丹，同时也适用于其他茶类的制作。

福安大白茶

小乔木型大叶早生品种，原产于福建省福安市，后广泛分布于福建省东部及北部，乃至全国多地。尽管福安大白茶的色泽略显深沉，但芽头饱满，滋味清甜，香气清雅，汤质醇厚，也是制作红茶和绿茶的优选。

政和大白茶

植株高大，大叶特征，晚熟品种。原产于福建省南平市政和县，所产白茶色泽深邃，茶芽壮硕饱满，特别是制成的白毫银针，外观色泽银灰，香气清鲜，又有甘甜回味。

水仙茶

小乔木型大叶品种，原产于福建省南平市建阳区，栽培历史超过百年。芽叶肥壮，香气浓郁，滋味醇厚，最适合制作乌龙茶，特别是漳平水仙乌龙茶。同时，也可用于白牡丹、贡眉的制作，尽管色泽偏深，但品质优良的水仙茶香气馥郁，甜爽耐泡。

福云6号

小乔木型大叶特早生品种，是福建省农科院茶叶研究所的创新成果。出产的茶条细长匀整，色泽亮丽，白毫显露，甜爽可口，尽管用来制作白茶香气稍逊，但在绿茶和红茶的制作上有很好的表现。

景谷大白

景谷大白的种植历史较久，制作的白茶名叫“月光白”，味道浓厚，长期存放后能转化出梅子风味，非常有特色。



寿眉



白毫银针

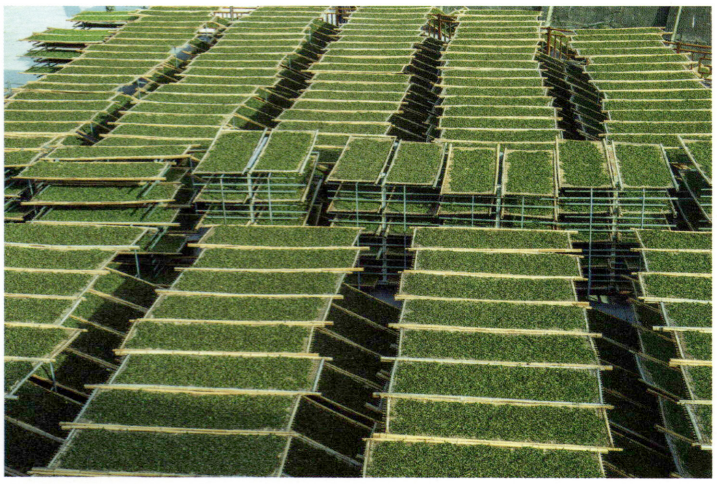


白牡丹

匠艺凝香

白茶的工艺和分类

白茶的独特风味和品质，离不开精细的制作工艺，其中萎凋与干燥是最为关键的两大步骤。



· 白茶室外萎凋
· 白茶晒场

萎凋

根据气候条件的不同，白茶的萎凋技术灵活多变，主要分为室内自然萎凋、加温萎凋和复式萎凋三种。这些方法虽然操作细节有所差异，但共同的目标都是让茶叶在适宜的环境下逐渐失去水分，进而形成白茶特有的色泽、香气和口感。

室内自然萎凋

在室内自然萎凋的过程中，鲜叶被摊放在通风良好、无阳光直射、温湿度适宜的萎凋室内。经过一系列的开青、并筛、堆放与后续萎凋、拣剔等操作，茶叶逐渐呈现出灰绿的色泽，散发出香气。

加温萎凋

当阴雨连绵时，加温萎凋便成为首选。通过加温设备精确控制温湿度，加速茶叶的萎凋过程，确保茶叶在不利天气条件下也能保持优良品质。

复式萎凋

复式萎凋则是将日光萎凋与室内自然萎凋相结合，充分利用自然光照，进一步提升茶汤的醇度和香气，一般用来制作“大白”和“水仙白”的春茶。当夏季阳光过于强烈时，则不宜使用复式萎凋。

水問山尋

干燥

白茶的干燥技术主要分为焙笼烘焙和烘干机烘焙两种。两种方法各有千秋，共同的目标都是确保茶叶干燥均匀，巩固前期萎凋所形成的品质。

焙笼烘焙

焙笼烘焙作为传统的白茶干燥方法，能够最大程度地保留茶叶的传统风味和色泽。烘焙过程主要分两步，初次烘焙使用明火，二次烘焙使用暗火，师傅们凭借丰富的经验和精湛的手艺，精心控制火候和时间，让茶叶在焙笼中逐渐干燥。这种烘焙方式主要用在自然萎凋和复式萎凋的后续制作中。

烘干机烘焙

烘干机烘焙更加高效便捷，适用于大规模生产。通过精确控制烘干机的进风口温度和摊叶厚度，进行两次烘焙，可以确保茶叶在短时间内达到理想的干燥程度。这种干燥方法不仅提高了生产效率，还保持了白茶的绿色，减少了青味。

注意，无论采用哪种方法，干燥结束后都需要立即进行包装和储存，确保茶叶不受潮变质。



· 茶叶挑拣工艺



水問山尋

岁月沉香

品赏老白茶

俗话说：“姜还是老的辣。”在白茶的世界里，贮存多年的茶也独有一番风味，它就是受到众多茶客偏爱的老白茶。

老白茶的定义

老白茶通常指存放时间在三年以上的陈年白茶。新白茶带有清新的“豪香蜜韵”，呈杏花香，随着时间的推移，3 年至 8 年逐渐转变为荷叶香，8 年至 15 年间则散发出枣香，而 15 年以上的老白茶会呈现出更为深沉的木质香气。

香气的演变会伴随着汤色的转变，从最初的浅黄色逐渐过渡到深黄色，乃至红棕色，滋味也由清新转为醇厚，口感更为润滑，茶性也由凉性转为温和。老白茶具有清热解毒、降脂减肥、抗氧化等多重功效，民间有“一年茶，三年药，七年宝”的说法，可见老白茶的珍贵价值。







怎样选出好老白茶

对于钟爱老白茶的茶友而言，掌握一套精准的甄别技巧是关键。

审视干茶

嫩度

优 优质老白茶手感柔软而有韧性，叶片与芽头不易破碎。

次 若干茶僵硬、脆裂，或含较多老叶、粗梗，则嫩度不足，品质相对较低。

色泽

优 老白茶的色泽会随年份的增长而显著变化，十年以上者色泽深褐近乎黑；五年陈者以褐色为主，隐约可见绿意；三年散茶绿色渐淡，呈现柔和灰绿，饼茶因工艺原因色泽会更深。

次 白毫脱落严重，外观干枯灰暗，则可能转化不佳，品质受损。

外形

优 上乘老白茶散茶状态下叶片与芽头自然舒展，少有碎叶与杂质，整体匀整度高；饼茶压制松紧适中，饼面平整，边缘规整。

次 如果外形杂乱、断碎严重，就不是好茶。

观验茶汤

口感

优 滋味醇厚细腻，入喉顺滑，余韵悠长，回甘明显。年份越老，口感越饱满圆润。

次 滋味淡薄、苦涩重或有异味，则品质差。

色泽

优 十年以上老白茶有着酒红的汤色，五年老白茶有着橙红的汤色，三年内的老白茶汤色更淡，是清新的橙黄色。

次 汤色的透亮度与品质密切相关，如果茶汤浑浊，就不是好茶。

香气

优 优质老白茶的茶汤香气层次丰富，冲泡时药香与蜜甜香交织相融。

次 若香气淡薄、转瞬即逝，或伴有霉味、酸味等异味，则品质存疑。

在品鉴茶汤后，还可以通过观察叶底的色泽、柔韧度及匀齐度来综合评判茶叶的整体品质。健康的叶底应呈现自然色泽，如老树叶般柔韧有弹性，若叶底颜色异常、软烂无弹性，则品质可能受到影响。

云山蕴雪

白茶产地

福建省的福鼎市与南平市政和县，虽同为白茶的重要产区，却各自有着独特的风土人情与制茶底蕴。两地在白茶的发展历程中共同书写着白茶的传奇。

福鼎地区

福鼎市地处福建省的东北部，属于亚热带季风性湿润气候，年均温 19.5℃，年降水量超 1300 毫米，四季温润多雨。境内地形以山地丘陵为主，太姥山等自然屏障有效阻挡了冷空气，让这里常年云雾缭绕，湿度大，光照条件好，温暖湿润，为茶树提供了理想的生长环境。福鼎市的茶园星罗棋布，沿山峦而上，有利于茶树充分吸收阳光和雨水，保障了茶叶的产量与品质。

福鼎白茶史

据福鼎市太姥山地区的民间传说，太姥女神蓝姑曾以白茶救治患麻疹的孩童，被后世尊为白茶始祖。清代《太姥山全志》明确记载白茶“性寒凉，功同犀角”。闽东北民间长期沿用白茶配伍冰糖治疗风火牙痛、小儿麻疹等症，至今福鼎乡间仍保留以陈年白茶缓解小儿高热惊厥的传统疗法。

明清时期，福鼎茶业进入规模化发展阶段。吴氏家族在翠郊村营建占地 18 亩的江南典型合院式民居，建设这座古建筑群的资金就源自白茶贸易。现存的翠郊古民居建筑群完整保留了清代茶商家族的生活场景，宅院中的茶仓、账房等空间布局清晰展现了白茶贸易鼎盛时期的运营模式。

太姥山鸿雪洞丹井旁存活的古茶树“绿雪芽”，经植物学家考证树龄逾六百年，这株茶树作为现存最古老的白茶树种，成为印证福鼎茶史千年传承的活标本。



· 翠郊古民居建筑群

· 福鼎市太姥山风光

政和县

政和县地处福建省北部，属亚热带季风性湿润气候，年均气温为 14.1℃至 18.6℃，年降水量约 1600 毫米，四季分明且雨热同期。境内以山地丘陵为主，地势北高南低，海拔多在 400 米至 1000 米之间，土壤以红壤、黄壤为主，土层深厚肥沃，适宜栽培茶树。县域位于武夷山脉与福鼎之间的过渡地带，地貌多褶皱起伏，核心茶区集中于石屯镇、东平镇、熊山镇等温暖湿润的河谷地带。茶山层叠如浪，晴日远眺如工笔勾勒的绿意长卷，与福鼎的云雾写意形成鲜明对照。高海拔区域昼夜温差显著，配合丰沛降水与林间漫射光，为茶树积累内含物质提供了先天优势。



· 福建省政和县白茶产区风光

政和茶史

政和茶史悠久，在宋代已是北苑贡茶的产区，到了明清时期，政和白茶生产已有了很大的规模。据《茶叶通史》载，咸丰年间县域内制茶厂逾百家，雇工达千余人；至同治时期，私营茶坊仍存数十家，年产茶超万箱。中国茶学家陈椽教授在《福建政和之茶叶》中详述政和茶区茶业繁盛：外销以工夫红茶、白毫银针为最，前者远销俄美，后者输往德国；白牡丹、白毛猴等主供东南亚及华南市场，堪称县域经济支柱。民间谚语“嫁女不慕官宦家，只询茶叶与银针”，映射出茶业对民生之重要性，足见政和茶业渗透至市井的文化根基。

政和生态与茶树品种

政和县的地貌以低山丘陵为主，雨水充沛，年降水量丰富，土壤类型多样，为茶树生长提供了得天独厚的环境。政和大白茶、福安大白茶等大白树种尤为突出，其中政和大白茶作为晚生品种，品质上乘，是制作白毫银针的不二之选。菜茶树种则是贡眉的主要原料。它们共同构成了政和白茶的丰富品种。



白牡丹

白毫银针



贡眉

政和白茶的特色工艺

政和白茶制作工艺遵循古法，核心在于萎凋与焙火。日光萎凋需选择阳光柔和时段，避免晒伤茶叶，确保茶叶均匀失水，促进内含物质转化。焙火工艺则采用轻火炭焙方式，既能去除多余水分，又能提升茶叶品质。

如今，白茶产业已成为政和县经济的重要支柱。全县茶园面积达 11 万亩，茶叶年产量约 1 万吨，政和工夫红茶与白茶并驾齐驱，共同推动当地经济发展。在全县众多家茶企中，不乏专注于传统白茶制作工艺的企业，它们在传承与创新中不断提升政和白茶的品质和品牌影响力，为这座小城增添了更多的光彩。

白茶名品

白毫银针

在福建省的山水间，有一种历史悠久的名茶，被誉为茶中的“美女”与“茶王”，它就是白毫银针，通常简称“银针”，又有茶友叫它“白毫”。它的美，不仅在于外形的优雅，更在于色泽、香气和滋味的和谐统一。

白毫银针采摘于福建省闽东的翠绿山峦，那里气候温和，雨量充沛，非常适合银针茶树的生长。白毫银针的鲜叶原料全部是茶芽，通过精细的采摘与加工，制成的茶叶形状如同细针，表面覆盖着密集的白色茸毛，色泽洁白如银，因此得名。这种茶在加工时，不需要经过炒制和揉捻，而是直接采用萎凋或干燥的方式制作，从而保留了茶叶最原始、最自然的味道，这也使得它成为最健康的茶叶之一。

白毫银针还具有较高的药用价值。在传统医学中，白毫银针被认为能清热解毒，传说其功效可与犀角相媲美。



叶底 叶底肥硕，色泽鲜活

滋味 鲜爽而甘醇，滋味醇厚，回甘悠长

香气 清新而持久，毫香显著

汤色 浅杏黄色，清澈而明亮

色泽 银白，光泽莹润

茶条 肥壮而挺直，披满银白色的茸毛，状似银针

产地 福建省闽东、闽北各县

白毫银针的两大产地

白毫银针有两大核心产地——福建省的福鼎市与政和县。它们如同茶界的南北双璧，各自以其独特的地理气候和制茶工艺，孕育出了风格迥异却同样令人赞叹的白毫银针。

北路银针

北路银针，源自福建省福鼎市，以原叶采自当地特有的茶树品种福鼎大白茶而著称。北路银针外观美丽，芽头饱满，毫毛浓密且有光泽，茶汤清澈，呈现杏黄色，香气淡雅，口感温和。

福鼎大白茶亦称福鼎白毫，原产于福鼎地区的太姥山，种植历史悠久，可追溯至清代，甚至更早。太姥山的地理环境和气候条件对北路银针独特风味的形成起到了至关重要的作用。海拔高度带来的温差和云雾缭绕的环境，使得茶叶生长周期长，有利于茶叶内质的积累，形成了北路银针清鲜爽口、回味甘凉的独特风味。

南路银针

南路银针，源自福建省政和县，茶树品种为政和大白茶。相较于北路银针，南路银针的茶叶外形更加粗壮，芽体更长，毫毛稍微稀薄一些，光泽度也略显不足，然而香气却十分清鲜，口感浓郁。政和大白茶最初源自政和县铁山的高仑山头，大约在 19 世纪初期被选育出来。南路银针的特点是茶内质丰富，耐泡性强，汤味醇厚，香气清芬。





白毫银针的传说趣谈

很久以前，在福建省政和县的土地上，一场大旱伴随着瘟疫给人们带来了深重的灾难。传说，在洞宫山的龙井旁，生长着几株神奇的仙草，它们的汁液拥有治愈百病的功效。许多勇敢的青年踏上了寻找仙草的旅程，但无人归来。

在这片苦难的土地上，志刚、志诚和志玉三兄妹决定轮流去寻找传说中的仙草。大哥志刚首先出发，他在山脚下遇到了一位神秘的白发老者，老者告诉他仙草的位置，并警告他上山的路上只能勇往直前，绝不能回头。志刚攀登至半山腰，被一声突如其来的大喊所惊，他回头一看，立刻化作了山中的一块新石。

大哥未归，二哥志诚紧随其后，他的命运与大哥如出一辙，也在半山腰化为了巨石。最终，寻找仙草的重任落在了小妹志玉的肩上。

志玉出发后，同样遇到了那位白发老者，老者不仅重申了不能回头的警告，还赠予她一块烤糍耙助她前行。志玉感谢老者后，继续踏上旅途。当她到达乱石岗时，四周响起了诡异的声音，她灵机一动，用烤糍耙塞住耳朵，坚定地前行，最终成功攀至山顶，找到了龙井旁的仙草。

志玉小心翼翼地采下了仙草的种子，迅速下山，回村后她将这些种子播撒在山坡上，不久之后，山坡便长满了茶树，所产的茶叶就是后来闻名遐迩的白毫银针。



白毫银针的采摘原则

白毫银针卓越的品质主要归功于采摘与原料挑选上的高标准、严要求。这种对品质近乎完美的极致追求，体现在白毫银针的“十不采”原则中。

雨后不采

雨水会冲淡茶叶的香气，因此雨后的芽头不纳入采摘之列。

露水未干不采

带着露水的芽头含水量高，不宜制作，故待露干后再采。

细瘦芽不采

只选择肥壮的芽头，细瘦的芽头不合要求。

紫色芽头不采

紫色芽头通常意味着茶叶品质不佳，因此被排除在外。

风伤芽不采

受风伤损害的芽头品质受损，不适用于制作白毫银针。

人为损伤芽不采

任何因人为损伤的芽头都不被采用。

虫伤芽不采

遭受虫害的芽头同样不符合制作标准。

开心芽不采

开心芽即芽头已展开，失去了银针所需的紧实形态，不采。

空心芽不采

空心芽内质不足，不适合用来制作高品质的白毫银针。

病态芽不采

任何病态或不健康的芽头都不被选用。

白毫银针是这样制作的

从茶树梢头的嫩芽，到杯中沉浮的香茶，这中间不仅涉及采摘的最佳时机，还包括了一系列复杂的制茶步骤。

采摘

福鼎市的茶叶在清明节前采摘，因为这时候的茶芽最嫩，滋味清鲜；政和县的茶叶在清明节后采摘，这时候的茶叶滋味更浓厚。

晴天采摘茶叶，因为阳光有助于茶叶中水分的自然蒸发，使茶叶更容易干燥，同时能保留茶叶的香气和滋味。

自然萎凋

将茶芽摊平在阳光下晒，让茶叶自然失去部分水分，有助于茶叶香气的形成。

筛选芽叶

在萎凋过程中，一些芽叶可能会展开或者变色，这些都需要剔除，以确保茶叶的品质。

低温烘焙

将晒好的茶芽用低温慢慢烘焙，直到完全干燥。低温烘焙可以防止茶叶烧焦，保持茶叶的自然色泽和香气。

自然晾干与烘干

如果天气不佳，茶叶会先自然晾干，等到天气好转再继续晒干或用文火烘干，确保茶叶完全干燥，便于保存。

白毫银针的冲泡方法

轻轻将适量的白毫银针置于玻璃杯中，建议的茶水比例为 1 ： 50，可根据个人口味进行微调。茶叶的清香随之逸出。接着，向杯中注入约三分之一的热水，水温在 98℃左右。注水时，水流要均匀，避免忽大忽小。再次注水，直至杯中水达到七分满。注水后，轻轻旋转杯身，让茶叶在水中充分苏醒，释放出潜藏的香气与精华。

随后，让茶叶在水中静置五分钟，欣赏它们在水中的浮沉变化。初时，茶叶如尖尖细芽，芽朝天、蒂端垂地，轻盈悬浮于水面，继而缓缓沉落，宛若春笋破土，生机勃勃。待茶汤逐渐呈现出淡雅的杏黄色，便可开始品鉴。第二泡时，可适当延长浸泡时间至八分钟；第三泡则可延长至十分钟。



白毫银针的价值

在华北地区，白毫银针被视为治疗麻疹的灵丹妙药。白毫银针在国际市场上同样赢得了赞誉——欧美的茶商钟爱它那满披白毫的芽头，将其巧妙地混入高级红茶之中，几枚白毫银针的加入，便能让茶汤的色泽和风味更上一层楼。



白茶名品

白牡丹

白牡丹，荣列中国十大名茶，是福建省的历史名茶。这款茶因叶片间夹着银白色的茶毫，冲泡后犹如含苞待放的牡丹花蕾而得名。白牡丹的原料精选自大白茶树或水仙种的短小芽叶新梢，采摘时一般只取一芽二叶（也有一芽一叶），冲泡后颜色鲜亮，茶毫清晰可见。喝上一口，鲜爽的味道伴随着长久的回甘，让人回味无穷。

叶底 叶张肥硕细嫩，叶脉微微泛红，形态完整，生动鲜活

滋味 清纯甘醇，带有微妙的毫味，滋味醇厚而不腻，回甘悠长

香气 香气清鲜，毫香明显，馥郁持久

汤色 澄黄明亮，清澈如镜

色泽 深灰绿或暗青苔色为基调，绿叶间夹杂着银白毫心

茶条 两叶拥一芽（也有一芽一叶）构成。芽叶相连，自然伸展

产地 福建省福鼎市和政和县





白牡丹的传说趣谈

西汉一位名叫毛义的太守，他厌倦了官场的尔虞我诈，决定携母归隐山林，追寻一份难得的宁静与自由。一日，他们骑白马游弋于青山绿水间，忽然被一股淡雅而奇异的香气所吸引。

随着香气的指引，他们来到了一处仙境，遇见了一位仙风道骨的老者。老者微微一笑，手指向莲花池畔的十八株白牡丹花，那香气正是来源于此。母子俩被这片土地的宁静与美丽深深打动，决定定居于此，与白牡丹为伴。

然而，母亲因劳累过度而病倒，毛义心急如焚，四处求医问药。在梦中，他再次遇见了那位老者，老者告诉他："唯有鲤鱼搭配新茶，方能治你母亲之病。"醒来后，他惊讶地发现母亲也做了同样的梦，两人相视一笑，认为这是上天给予的指引。

可是寒冬腊月，新茶难寻。无助之际，奇迹发生了。那十八株白牡丹花仿佛感应到了他们的诚意，竟化作了茶树，枝头挂满了嫩绿的新芽。毛义采摘后晒干，发现它们宛如白牡丹花，香气四溢。他用这些新茶煮鲤鱼给母亲吃，母亲奇迹般地痊愈了。最后，母亲化作一道青烟，飘然成仙，成为这片青山的守护者。

人们为了纪念毛义和他的母亲，将这里出产的名茶命名为"白牡丹"。

白牡丹的分级

白牡丹按照外形和内质可分为特级、一级、二级、三级，共四个等级。

特级白牡丹

茶叶毫心密布，叶张细嫩，色泽灰绿或翠绿，与银白的毫心相得益彰，展现出一种高雅和谐的美感。茶叶形状匀整，芽叶相连，破张极少。冲泡后，茶汤清澈橙黄，香气鲜嫩纯爽，毫香扑鼻，滋味清甜醇厚，浓厚且毫味浓郁，令人回味无穷。叶底毫心肥壮，叶张软嫩，颜色黄绿微红，叶脉明亮。

一级白牡丹

茶叶毫心显著，叶张细嫩，色泽灰绿带暗绿，部分嫩叶背有白茸毛，毫心银白，并夹杂着嫩绿叶片和铁板片。茶叶形状尚匀整，虽有破张但整体美观。冲泡后，茶汤清澈淡黄色，香气鲜嫩纯爽，带有独特的韵味。滋味尚清甜，醇爽且带有毫香，令人陶醉。叶底毫心稍多，叶张软嫩。

二级白牡丹

茶叶有毫心但稍瘦，叶张细嫩，色泽灰绿欠匀，带有黄绿及暗红片。芽叶相连，破张稍多但仍显匀整。冲泡后，茶汤深黄尚清澈，香气鲜美纯正，略带毫香，令人心旷神怡。滋味浓醇，叶底稍有毫心，叶张尚软但叶色稍红，有破张但整体品质仍属上乘。

三级白牡丹

白牡丹中的基础级别。茶叶仅有少数瘦毫心，有部分芽尖，叶张稍粗。色泽黄绿夹红或枯绿暗杂，芽尖连一叶，破张多且叶张平展或稍折皱。冲泡后，茶汤深红或微红，香气纯正，或微粗，或带青气。滋味浓，稍粗或稍粗淡。



白牡丹的采摘原则

白牡丹的采摘过程需严格遵循一系列的标准，从原料选择到采摘时机，每一步都需精心把控，以确保最终制成的白牡丹品质上乘。

春茶为尊，捕捉鲜爽之源

春天，茶树经过一冬的休眠，生长旺盛，内含物质丰富，是制作高品质茶叶的最佳时期。因此，制作白牡丹只选取春季的第一轮嫩梢进行采摘，以确保茶叶的鲜爽度与品质。

精准采摘，一芽二叶

白牡丹遵循“一芽二叶”的原则。这意味着每片茶叶需包含一个肥壮鲜嫩的茶芽和两片与茶芽长度相近的嫩叶。

三白特征，彰显品质之美

优质的茶芽需具备“三白”特征，即茶芽及两片嫩叶均需满披白色茸毛。白色茸毛不仅为茶叶增添了独特的美感，更富含多种对人体有益的氨基酸和微量元素。

白牡丹是这样制作的

白牡丹的制作仅包含萎凋与焙干两道工序，虽看似简约，但其中的工艺技术却是制茶人智慧与经验的结晶。

萎凋艺术，自然天成

萎凋要求制茶人根据气候的微妙变化，灵活掌握萎凋时间与方式。春秋晴天或夏季不闷热的晴天是进行自然萎凋的最佳时机。将采摘下的鲜叶均匀摊放在室内，在自然环境中缓缓失水，茶叶逐渐软化，香气初现。条件允许时会采用复式萎凋，进一步促进茶叶内部变化，使茶香更加浓郁。

焙干定型，锁住精华

完成萎凋之后，进入焙干阶段。这一步是为了去除茶叶中多余的水分，确保茶叶形态和香气的稳定。

精制加工，追求完美

毛茶制成后需经过精制工序，才能成为最终的成品茶。精制过程中，制茶人先手工拣除梗、片、蜡叶及杂质，之后，再进行一次烘焙。焙干时要采用文火慢烤的方式，目的是让烘焙带来的微妙香气仅仅作为茶香的背景，凸显茶叶本身的香毫。如果火候太大，茶叶的香味可能会失去鲜爽；火候不够，茶叶的香味又会显得不够饱满。

装箱封存，静待品鉴

当茶叶中的水分被精确调控到4%至5%时，就可以趁着余热将其封装保存。当人们轻轻揭开茶叶盒，一股清新雅致的茶香扑鼻而来，那一刻，便是白牡丹茶制作工艺的完美呈现。

白牡丹的冲泡方法

要完美释放这朵“茶中牡丹”的迷人魅力，冲泡技巧至关重要。

将5克白牡丹放入预热后的容量200毫升的杯中，倒入少量90℃的热水，轻轻摇晃几下后迅速倒出，这一步有助于唤醒茶叶，去除表面的杂质。

接着，再注入90℃的热水至满杯，静待1分钟，一杯色泽清澈、香气四溢的白牡丹茶便冲泡完成。

用茶壶冲泡，过程则更为讲究。取7克至10克白牡丹茶投入预热后的茶壶中，同样先倒少量90℃的热水进行温润，然后迅速倒出。接下来，用100℃的开水注满茶壶，盖上壶盖，闷泡45秒至60秒即可。高温闷泡，茶汤更加醇厚，香气更加浓郁。

白茶名品

寿眉

寿眉是白茶中产量最高的品种，因茶叶形状与老寿星的眉毛相似而得名。寿眉的制作原料主要选用一芽三叶、一芽四叶，甚至不带茶芽的粗老叶。这种差异化的原料选择，赋予了寿眉不同于白毫银针和白牡丹等白茶的口感特征。

制成当年的寿眉，口感可能略显粗淡，这是因为原料中含有丰富的纤维和半纤维物质。然而，这并不影响寿眉的独特魅力。经过长期存放的老寿眉口感会发生显著变化，更加醇厚回甘，散发出迷人的枣香。这种转变使得老寿眉成为泡煮咸宜的佳品。

叶底	匀整、柔软、鲜亮，叶张主脉迎光透视呈红色
滋味	醇爽，口感饱满，回味悠长
香气	鲜纯，带有自然的茶香
汤色	橙黄或深黄，清澈透亮
色泽	干茶状态下，色泽翠绿
茶条	毫心显而多
产地	福建省南平市的松溪县、建阳区、建瓯市、浦城县等地

寿眉与贡眉的异同

寿眉和贡眉都是白茶的一种，它们有着深厚的渊源。据说，清代有对萧氏兄弟，二人制作的寿眉品质出色，被选为宫廷贡品，又称“贡品寿眉白茶”，简称“贡眉”。不过，那时候的贡眉与现在我们在市场上看到的贡眉在原料和制作工艺上有很大的不同。

寿眉和贡眉都使用福鼎大白茶、福鼎大毫茶、政和大白茶等优质茶树的鲜叶作为原料。但在原料的选择上，贡眉更倾向于使用鲜嫩且肥壮的芽叶，通常是一芽二三叶的嫩梢，这样制成的茶叶有明显的毫心，叶片稍微肥嫩，芽叶相连，叶片微微卷曲，颜色为灰绿或墨绿。贡眉的内质丰富，入口甜爽，汤色浅黄明亮，而且非常耐泡。存放时间越长，贡眉的香气越丰富，口感越顺滑甜醇，既可以冲泡也可以煎煮，常散发出枣香、桂花香等迷人的香气。而寿眉原料采摘于 4 月下旬，相对于贡眉原料来说，叶片更加粗老。因此，寿眉干茶在香气和口感的鲜爽度上通常不及贡眉。



寿眉



贡眉

寿眉是这样制作的

寿眉春茶的采摘主要集中在谷雨至立夏之间，此时的寿眉叶片虽粗老，但内含物质丰富。从立秋到寒露是寿眉秋茶的采摘时间，此时的寿眉，因茶梗较多使得茶汤滋味更为厚重。

寿眉的制作工艺与贡眉相似，包括萎凋、烘干、拣剔、烘焙和装箱等步骤。

萎凋不仅能减少茶叶的水分，更重要的是通过失水条件引发茶叶自身的生物化学变化，即“生化”，使得茶叶的内含物质得到了充分的转化和释放。

通过烘干，茶叶中的水分被进一步去除，确保了茶叶的干燥度和稳定性。同时为寿眉增添了更多的层次的韵味。

拣剔是寿眉制作中不可或缺的一步。制茶人会仔细挑选出不符合标准的茶叶，使茶叶更加整齐、匀净。

烘焙是寿眉制作过程中的关键一环。通过烘焙，茶叶的香气和口感得到了进一步的提升。同时，烘焙还能够去除茶叶中可能存在的异味和杂质。

最后，经过精心包装的寿眉会被装箱保存。确保寿眉茶叶在运输和储存过程中的品质与口感。



·福鼎老寿眉茶饼



寿眉的冲泡方法

选用透明玻璃杯或玻璃盖碗，能更好地欣赏寿眉在水中的姿态和叶白脉翠的叶底。冲泡寿眉需从温杯开始，倒少许开水于茶具中，既清洁又升温，随后将水倒掉。接着，用茶匙取约 3 克寿眉，轻轻置于温热的茶杯中。将水温控制在 80℃至 85℃，避免高温破坏茶叶风味。此时，茶叶翠绿肥壮，静待水的唤醒。

沿杯壁缓缓注入少量热水，浸润茶叶，使其初步舒展，水量约为杯子的四分之一。浸润后，左手托杯底，右手扶杯，顺时针轻轻转动茶杯，让茶叶进一步吸水，香气四溢，约半分钟，茶香满室。

随后，采用回旋注水法，将热水从杯缘缓缓注入，茶叶在水中旋转起舞，加水至杯子的三分之二处，静候 2 分钟，让茶叶尽情释放精华。

冲泡完毕，先闻茶香，清新雅致；再观汤色，清澈明亮；最后小口品饮，味道鲜爽，回味甘甜，口齿留香。品茶之余，别忘了观察叶底，寿眉白茶叶张透明，茎脉翠绿，非常可人。

寿眉——广州茶楼与香港人的情感纽带

寿眉（白茶）淡雅的口感与茶楼悠闲的氛围不谋而合，在广州茶楼里，寿眉稳坐当家茶品的宝座。

从清代中期广州成为珠三角政治经济中心开始，饮茶文化逐渐兴起并传播至香港，在当地形成了独特的早茶和下午茶文化。香港人习惯喝白茶，许多老人还会珍藏白茶，以备不时之需，因为白茶久存后具有一定的药用价值。白茶不发酵或轻微发酵的特性，不仅清热解暑、解毒，还能清肺火、止咳化痰、提神醒脑，对胃寒之人尤其友好。

寿眉作为广州茶楼与香港文化的共同语言，不仅滋养了身体，更是连接两地人民情感的纽带。



· 广东人吃茶雕塑

第六章

醇爽黄汤——黄茶

黄茶属于轻发酵茶，制作过程与绿茶相似，包括杀青、揉捻、闷黄和干燥等步骤。其中，“闷黄”是关键，它利用湿热作用，促使茶叶中的茶多酚发生氧化，转化为茶黄素，使茶叶呈现出温暖的黄色，同时降低了茶的刺激性，赋予了黄茶“黄汤黄叶，甘醇爽口”的特性。历史上，黄茶曾备受文人墨客、富商巨贾乃至皇室贵族的喜爱。然而，随着时代的变迁，绿茶的流行使得黄茶逐渐失去了市场。近年来，随着消费者饮茶需求的多样化和个性化，黄茶焕发出新的生机。



水問山尋

金芽玉露

黄茶的特性

黄茶作为中国传统六大茶类之一，凭借独特的制作工艺和丰富的天然成分，形成了独树一帜的色、味、效。从金黄透亮的茶汤到醇厚回甘的滋味，再到多元的养生价值，黄茶诠释了东方茶饮的深厚底蕴。

黄茶的颜色

黄茶的“金镶玉”之美源于独特的闷黄工艺。鲜叶经过杀青、揉捻后，在湿热环境中自然转化，叶片中的天然色素逐渐沉淀，使得干茶呈现金叶裹银毫的色泽，冲泡后茶汤如琥珀般透亮，叶底如初春嫩芽般柔黄。这种从干茶到茶汤、叶底的三重金色，仿佛将阳光封存在茶叶中，形成视觉与味觉的双重享受。

黄茶的口感

黄茶在制作时，因茶叶在湿热环境中缓慢转化，原本青涩的成分会转化为甘甜物质，所以形成了“鲜爽如春泉，回甘似蜜糖”的独特风味。品饮茶汤时，入口甘润，饮后喉间留有淡淡花香。这种温润不刺激的茶性，使黄茶适合秋冬季节品饮。

黄茶的价值

黄茶在制作过程中产生了活性酶。这种活性酶有着促进消化、改善食欲的作用。同时，黄茶富含茶多酚，它能有效延缓细胞老化，维持身体的年轻状态。黄茶还有辅助调节胆固醇水平、维护血管弹性的功效，有利于心血管健康。此外，黄茶中含有的多种抗菌成分，能够抑制常见致病菌，在一定程度上起到预防疾病的作用。

怎样选出好黄茶

黄茶品类多样，工艺差异造就了外形、香气和滋味的不同。挑选时需从干茶到茶汤层层考察，结合视觉、触觉与味觉综合判断，方能寻得品质上乘的好茶。



观验干茶

品质上乘的黄茶，干燥酥脆，轻轻一捏，芽叶就会破碎。细闻干茶，清新甜香。而品质不佳的黄茶，茶体绵软，难以捏断，这很可能是受潮或者储存不当导致的。如果干茶散发着陈味、酸味或烟熏味，这类黄茶就需谨慎选择。

外形

优
索厚索毫君山银针以芽头挺直如针、白毫密布为优；蒙顶黄芽讲究条索扁直紧实；黄大茶需叶片肥厚、梗叶相连完整；黄小茶条索紧结卷曲。

次
黄散或品质欠佳的君山银针芽身瘦扁或茸毛稀疏；蒙顶黄芽条索松散弯曲；黄大茶破碎断梗多；黄小茶松散无型。

色泽

优
干茶呈现鲜活的金黄色，芽叶间金毫与嫩绿交织。

次
若色泽暗沉发灰，或夹杂褐色斑块，可能是发酵过度或存放不当所致。

嫩度

优
芽叶比例直接影响品质。优质黄茶芽头饱满，叶片柔嫩，茶梗细短。

次
茶梗粗硬、芽少叶多，原料粗老，成茶滋味单薄。

品评茶汤

冲泡后的表现才是黄茶品质的终极考验。茶汤的香气、色泽、滋味共同构成评判标准，缺一不可。

香气

优
热水激荡下，好茶会释放清雅的甜花香或熟果香，香气纯净持久。

次
次茶则可能泛出青草味、焦糊味、闷酸味，这类异味往往挥之不去。

汤色

优
优质黄茶汤色如蜜蜡般透亮，迎着光线可见杯沿浮现金圈。

次
汤色浑浊发暗，或漂浮絮状物，这类茶多因工艺缺陷或储存问题导致。

滋味

优
好茶入口鲜爽甘醇，似山泉般清润，饮后舌底生津，喉韵绵长。

次
劣质茶或带明显苦涩，或滋味寡淡，甚至泛起酸涩，饮后口腔发干。

古法流芳

黄茶史话

从唐代贡品，到明清工艺成熟，直至现代标准革新，黄茶历经千年淬炼，呈现出从自然馈赠到匠心工艺的演进轨迹。

贡茶初现与工艺萌芽

黄茶的诞生始于唐代对茶叶自然黄化的发现。唐大历十四年（779 年），淮西节度使李希烈进献“黄茶二百斤”，证明中唐时期已生产黄茶。

早期黄茶多因绿茶工艺偏差形成——杀青不足或堆积过久引发氧化泛黄，意外造就了茶叶“黄叶黄汤”的特质。唐代文献记载的“霍山黄芽”与“蕲门团黄”正是自然黄化茶的早期形态，标志着唐代对黄茶工艺的初步探索。

制茶技艺的系统化演进

明代许次纾在《茶疏》中记载了黄茶的演变：“乘热便贮，虽有绿枝紫笋，辄就萎黄”，揭示当时的黄茶工艺仍处于萌芽阶段。

到了清代，黄茶工艺始成体系。光绪年间，赵懿所著的《蒙顶茶说》对四川蒙顶山僧人制作蒙顶黄芽贡茶的流程记载得极为详尽。当时采用的是先用透气性良好的竹纸将茶叶包裹起来，以加热的方式促使茶叶闷黄，之后再开展揉捻和复烘的工序。

现代标准化生产体系

随着时代的演进，黄茶加工技术也在不断革新。如君山银针在清代形成了严格的分级制度，采摘茶叶后，必须进行“拣尖”操作，即把芽头和叶片分开。其中，芽头形状如同利箭，且周身布满白色绒茸的，被命名为尖茶，作为贡品进献，因此也被叫作“贡尖”；而经过拣尖后剩下的叶片，便是苑茶，又称为“贡苑”，这种茶颜色偏黑，茸毛稀少，不被当作贡品。这种茶叶分类和处理方式一直延续到 1952 年。1953 取消传统拣尖工序，改为按标准直接采摘芽头；闷黄工艺改进为两次发酵，时长由两昼夜延长至更精准控制。技术改良使干茶色泽更鲜黄明亮，香气浓郁度与口感醇厚度显著提升，标志着黄茶生产从传统经验向现代标准化的重要转变。

黄茶的分类

根据鲜叶嫩度和芽叶大小，黄茶主要分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三大类。

黄芽茶是黄茶中的顶级品类，仅在清明前后采摘单芽或一芽一叶初展嫩梢，芽头匀整且茸毛多，像君山银针、蒙顶黄芽等都是代表茶品。干茶金黄油润，冲泡后茶芽竖立，汤色澄黄，香气清幽，口感鲜爽回甘，君山银针还有“三起三落”的独特现象 。

黄小茶的原料相对成熟些，多采一芽一叶或一芽二叶，以精细工艺取胜，如湖南沩山毛尖、浙江平阳黄汤等。外形或似雀舌，或如兰瓣，干茶黄绿相间，汤色杏黄，香气丰富，滋味醇和，既有绿茶的清鲜又有黄茶的温润 。

黄大茶选用谷雨前后较粗老的一芽三叶或一芽四叶，尽显山野韵味。皖西黄大茶与广东大叶青是代表，前者梗壮叶肥，有“锅巴香”，后者条索粗犷，滋味浓强，都适合大壶闷泡，醇厚解腻。



黄芽茶

黄小茶

黄大茶

闷黄秘技

成就黄茶之美

黄茶的制作工艺复杂而精细，一般包含摊晾、杀青、揉捻、闷黄等环节。



第一步：摊晾

通过摊开晾晒使鲜叶损失部分水分，增强茶中酶的活性，同时让叶片变柔韧，便于后续造型。

第二步：杀青

通过杀青以钝化酶的活性，促进茶青内含物质的转化。黄茶的杀青温度较绿茶稍低，采用多闷少抛的技法，营造高温湿热的环境，使叶绿素降解，同时多酚类化合物发生非酶性自动氧化和异构化，生成少量的茶黄素，为黄茶形成黄汤、黄叶提供物质基础。



第四步：闷黄

闷黄工艺是影响黄茶品质的关键工序。从具体操作来看，闷黄工艺做法多样。有的是将半成品茶叶堆积起来，有时还会拍紧后盖上棉套，有的则用纸把茶叶包紧。闷黄的次数也有差异，有的只闷一次，有的要闷两次。在闷黄过程中，湿热环境发挥着关键作用，能让黄茶的滋味更加甜醇，减少苦涩口感。

不同类别的黄茶在闷黄工艺上有所不同，主要体现在茶叶含水量、叶温以及闷黄时间的控制等方面。这些不同组合，造就了各类黄茶独特的风味与品质。





第三步：揉捻

揉捻可以促进黄茶的黄变，但揉捻过重会造成茶汁损失过多，使茶汤寡淡。因此，对于茶质较嫩的黄芽茶，如蒙顶黄芽、君山银针等，可以省掉揉捻环节；而对于茶青粗老的黄叶茶，适度揉捻则非常必要。

金叶遍野

中国黄茶产区分布

黄茶作为中国六大茶类之一，产区分布广泛。产区主要集中在湖南、湖北、四川、安徽、浙江等省份，其中湖南岳阳享有“中国黄茶之乡”的美誉。因地理环境差异，各产区形成了独具特色的黄茶品类：浙江平阳、东阳、泰顺等地以黄汤（黄小茶）闻名；安徽黄山、霍山、金寨、岳西、六安等地盛产黄芽茶；安徽霍山、岳西、金寨、六安及湖北英山、宜昌等地则以黄大茶著称，其中霍山黄大茶产量最大，品质最优；广东韶关、清远等地也有少量黄茶出产；台湾南投、嘉义等地同样保留着黄茶制作工艺。

· 湖北省宜昌市远安县晨雾中的村庄



· 湖北省宜昌市远安县沮水河畔

湖北黄茶区

湖北黄茶的核心产区位于宜昌市远安县，地处鄂西山区与江汉平原的过渡地带。县内群山连绵，沮河、漳河、西河等水系纵横交错，森林覆盖率达 74.5%，为黄茶生长提供了天然屏障。

湖北黄茶的历史可追溯至南宋时期，起源于远安鹿苑寺僧人的茶田耕作。历经七百余年发展，从寺院茶园扩展至民间种植，其工艺体系逐渐成熟。1966 年，远安黄茶的采摘与加工技艺被编入全国农业院校教材，奠定其学术地位。此后远安黄茶陆续斩获“中国名茶”“国家地理标志产品”等荣誉，品质备受认可。

· 湖南省岳阳市君山岛上的茶田

湖南黄茶区

长江与洞庭湖交汇处的湖南省岳阳市是湖南黄茶的灵魂产地。这座城市位于北纬 28° 至北纬 30° 的黄金产茶带上，洞庭湖蒸腾的水汽与长江流域的湿润季风在此交融，年均超 1300 毫米的丰沛降水，长达 280 余天的无霜期，配合疏松肥沃的黄红壤土层，造就了黄茶生长的天然之境。

核心产区君山岛如同一颗镶嵌在洞庭湖中的翡翠，这座海拔不足百米的湖心岛，砂质土壤富含矿物质。唐代史料记载岳阳产的“灉湖含膏”后来演化为君山银针，清代成为贡茶时，官府甚至设立专人在谷雨前督采“一旗一枪”的顶级嫩芽。距离君山岛 30 千米的北港河两岸盛产北港毛尖，河水冲积形成的油砂土赋予茶叶独特的“金镶玉”色泽。长沙市宁乡县沩山孕育出的沩山毛尖，在民国时期就已远销甘肃、新疆等地。

如今，岳阳黄茶生产规模不断扩大，产品远销海外。每年春季，茶农们制茶依然遵循着千年时序：晨雾中采摘的鲜叶，经八小时摊晾后进入闷黄室，在温度与湿度的精密调控下，茶叶逐渐呈现出杏黄光泽。这种跨越时空的技艺对话，让岳阳既保持着“中国黄茶之乡”的荣光，又在现代农业体系中书写新的产业传奇。



君山银针　　北港毛尖

· 安徽省六安市金寨县天堂寨镇风光

安徽黄茶区

皖西大别山北麓的霍山县、金寨县及岳西县是安徽黄茶的核心产区。这里群峰叠翠，佛子岭、磨子潭等水库滋养的溪流纵横交错，年均降水充沛，海拔 500 米至 800 米的山峦常年笼罩着云雾，弱酸性土壤与昼夜温差为茶树生长提供了得天独厚的条件，霍山县素有“金山药岭名茶地”的美誉。

霍山黄茶的历史悠久，可追溯至唐代，李肇在《唐国史补》中提及“寿州霍山黄芽”曾是贡品。清光绪年间的《霍山县志》更是赞誉其“久服得仙”。1971 年至 1972 年间，当地茶人凭借不懈努力，挖掘并恢复了古老的黄芽制作技艺。进入 21 世纪，机械化生产日益普及，然而，顶级霍山黄茶的精制过程，依然坚持沿用传统的手工技艺，以示对品质的至高追求。如今，霍山黄茶以芽型、芽叶型及多叶型三大品类享誉四方。

如今的皖西茶乡，既有机械化、规模化生产的茶厂，也有深山中坚守炭火烘焙的手工作坊。每逢春茶季，茶农穿梭于云雾缭绕的梯田，指尖轻采“一旗一枪”的嫩芽，茶香裹挟着山风，续写着千年黄茶的山水诗篇。



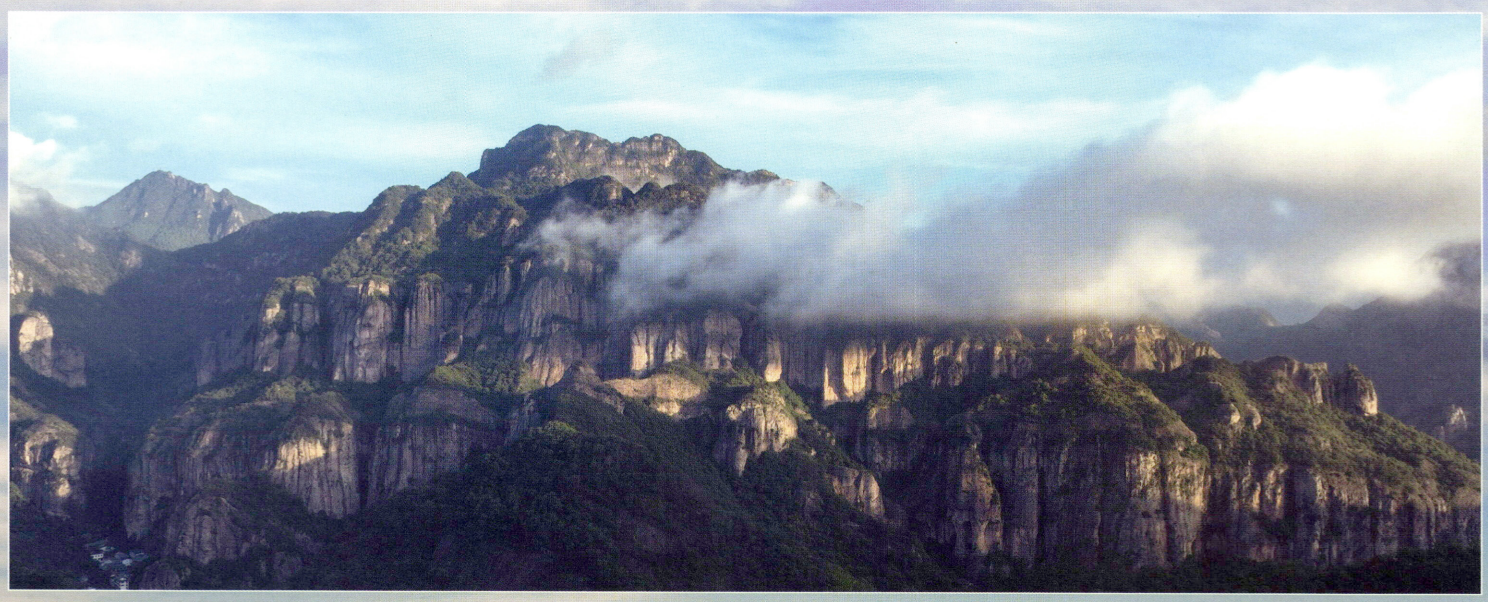
· 金寨县六安茶谷

浙江黄茶区

浙江省温州市平阳县与浙江省湖州市德清县，以不同的生态环境，分别孕育出“平阳黄汤”“莫干黄芽”两大黄茶瑰宝。平阳县枕山面海的地理格局与德清县竹海云山的生态秘境，形成黄茶生长的“双生画卷”。

平阳县雁荡山的云雾茶园，年均降水量超 1600 毫米，春茶萌芽比别处早十余天。这里的红壤土层饱含矿物质，晨雾裹挟着海风掠过茶园，赋予平阳黄汤独特的“山海之韵”。200 千米外的德清县莫干山则是另一番景象：93.5% 的森林覆盖率中，三万亩茶园与十八万亩毛竹共生，竹根水滋养的黄泥沙土呈弱酸性，年均 1400 毫米降水在峡谷间形成天然水帘，造就莫干黄芽“清凉世界出暖香”的特质。

从雁荡山的海雾茶园到莫干山的竹海秘境，浙江黄茶在传承与创新中，续写着茶叶的山海传奇。



· 云雾缭绕的雁荡山

· 莫干山夏日风光



· 蒙顶山茶园“大地指纹”

四川黄茶区

蒙顶山位于四川省雅安市名山区，这座位于青藏高原与川西平原之间的茶山，以年均 2000 毫米的丰沛降水和近 300 天的云雾，孕育出中国黄茶珍品——蒙顶黄芽。作为“茶文化圣山”，这里每一片茶叶都烙印着两千年的文明印记。

雅安“雨城”的名号，在蒙顶山得到极致诠释。海拔 1456 米的主峰上清峰终年笼罩着雨雾。东望峨眉峻岭，南接大相岭群峰，西倚夹金山雪域，北瞰川西平原，青衣江如碧带蜿蜒山脚。山势巍峨，五峰错落似莲瓣舒展，云雾终年缭绕峰巅，古木苍翠，溪涧清幽。清代诗人徐元禧曾以“五顶参差比，真是一朵莲”盛赞其形胜，山间七十四处古刹遗迹与摩崖石刻，更添人文底蕴，素有“仙山秘境”之誉。

这片灵秀之地自古便是茶文化圣地。西汉，吴理真携“灵茗之种”植于蒙顶五峰之间，所育茶树“高不盈尺”“迥异寻常”，开人工种茶之先河。因茶园多分布于山巅云雾带，故得名“蒙顶茶”。这里土壤丰沃，昼夜温差显著，漫射光充沛，茶树芽叶饱含芬芳物质。蒙顶山不仅以茶载道，更以茶铭史。山间的古道石阶曾见证茶马互市的繁华，茶都大道上的吴理真雕像迎接着世界各地对蒙顶茶的赞叹。

黄茶名品

君山银针

君山银针是中国十大名茶之一，属于黄茶类，产自湖南岳阳洞庭湖君山岛。茶叶外形笔挺如针，芽头饱满匀整，外层银白茸毛密布，内里金黄透亮，“金镶玉”外观是其标志性特征。

君山银针的历史可追溯至唐代，当时称为“黄翎毛”。清代被列为贡茶。《巴陵县志》中记载，每年谷雨前需精选“一旗一枪”的鲜嫩芽叶进贡，因茸毛显著也得名“白毛茶”。

君山银针冲泡时极具观赏性，茶芽在热水中先直立悬浮，随后如游鱼般上下沉浮，起落可重复三次。叶片舒展时形似青螺立于银盘。君山银针中品质最精的“贡尖”曾专供皇室，如今仍是茶中珍品。

叶底	金黄透亮，舒展匀整，质地饱满厚实
滋味	醇和柔润，甘甜清爽，回味纯净悠长
香气	清香鲜灵如新摘嫩叶，透出鲜活生机
汤色	澄澈杏黄，明净如琥珀流光
色泽	银毫雪白鲜亮，茅芯金黄隐现，金镶玉韵
茶条	黄绿披白毫，芽头茁壮紧实，挺直如剑
产地	湖南省岳阳市洞庭湖君山岛