君山银针的传说趣谈

在湖南岳阳的君山岛一带，流传着关于君山银针的美丽传说，滋养着这片土地上的茶香与文化。

娥皇女英遗爱君山

相传，4000 多年前的远古时代，娥皇、女英两位贤妃不仅以美貌著称于世，更以仁爱之心播撒着希望与温暖。在一次云游中，她们偶然间将一粒珍贵的茶种播撒在了君山岛上。这粒种子逐渐生根发芽，长成了名扬四海的君山银针。茶芽挺拔如剑，色泽翠绿，冲泡后更是香气扑鼻，令人陶醉。

五代十国时，后唐明宗李嗣源初登大宝后，偶然间品尝到了用君山白鹤泉水冲泡的银针茶。当开水注入杯中，热气升腾，一只白鹤从茶水中腾空而起，向明宗点头示意后翩然飞去。水中的茶芽则如春笋般整齐悬浮于水中，随后缓缓下沉，宛如雪花飘落，美不胜收。侍臣见状，连忙解释这是君山银针独有的奇观，象征着皇帝的洪福齐天与臣民的敬仰臣服。

白鹤真人赐仙茗

初唐年间，云游道人白鹤真人自海外仙山携回八株灵茶幼苗，植于洞庭湖君山岛。他于此修建白鹤寺，开凿白鹤井，以井水冲泡茶叶时，蒸腾水汽便幻化为白鹤凌空翱翔，此茶因此得名“白鹤茶”。又因茶芽形似雀羽、色泽如金，民间亦称“黄翎毛”。

此茶须以白鹤井水冲泡方显鹤影。某次进贡途中，江上风浪很大，倾覆所载白鹤井井水，官员不得已取江水替代。皇帝品饮时未见白鹤奇观，怅然叹道：“白鹤竟亡矣！”此言一出，竟成谶语——白鹤井一夜枯竭，白鹤真人踪迹全无。唯余岛上茶树生生不息，经千年培育，终成今日闻名遐迩的君山银针，而那随茶雾升腾的仙鹤则永远定格在茶史传说之中。







君山银针是这样制作的

每年清明前夕，洞庭湖君山岛迎来采茶时节。经过整个冬季的蓄力，茶树萌发的嫩芽达到一年中的完美状态——芽头饱满挺直，长约 3 厘米，外层裹着密实的银白色茸毛。采茶人挎着垫有棉布的竹篮，指尖轻巧地摘取符合标准的嫩芽。雨水会冲淡茶香，低温会冻伤芽叶，遇到这样的天气，采摘只能暂停。那些空心、瘦弱、弯曲或带虫眼的芽头，也会被一一剔除。

这些百里挑一的嫩芽，随即开始历经三天三夜的蜕变。第一天，鲜叶在铁锅中快速翻炒三分钟，高温锁住清香，去除青涩味。随后，茶叶被摊晾在竹匾上冷却，随后送入烘笼用炭火低温慢烘，直到茶芽挺直如针。第二天，茶叶被牛皮纸包裹，存入木箱静置两天，芽芯逐渐透出金黄，如同阳光照射的琥珀。第三天，经过两次复烘与静置，茶芽彻底干燥，变得轻脆易折，用指尖轻弹芽身，听到清脆的响声才算合格。

最后的考验是眼力分拣。经验丰富的老师傅将茶叶分为三个等级：特级银针的芽头粗壮笔直，银毫如雪且完全覆盖，冲泡后茶汤透出明亮的金黄色；一级银针稍短些，茸毛均匀但略薄，茶汤浅金清澈；三级银针偶有弯曲，茸毛零星可见，汤色淡黄却依然甘润。



君山银针的冲泡方法

茶具

冲泡前，需备齐一系列器具：水壶，耐高温且密封性好的玻璃杯，按照茶水比 1 ：50 准备的茶叶，茶荷赏茶，茶匙拨茶，茶巾擦拭，水盂盛废水，奉茶盘置茶杯。

水温

水温是冲泡的关键，可将水烧至沸腾后降至 70℃左右，或根据个人喜好和茶叶特性选择。先用热水温杯，旋转杯身均匀受热后倒出水。温杯不仅能提升杯温，避免水温骤降，还能让茶叶更好地舒展。

方法

将适量茶叶置于茶荷中，细细观赏其外形，随后，用茶匙轻柔地将君山银针拨入玻璃杯中，茶芽缓缓落至杯底。接下来先向杯中注入约四分之一杯热水进行润茶，水流须轻柔，避免冲击茶叶。再采用凤凰三点头的方式将水冲至七分满，茶叶在杯中翻滚浸润，茶香四溢。冲泡时速度要快，壶嘴从杯口迅速提至一定高度，保持水有力冲击茶叶。

时间

冲泡后，需耐心等待 3 分钟至 5 分钟，君山银针茶芽吸水后茶尖朝上，芽蒂朝下，上下浮动，最终竖立于杯底，有的茶芽甚至能三起三落。杯中热气升腾，如君山云雾。

黄茶名品

蒙顶黄芽

蒙顶黄芽发源于四川省雅安市名山区的蒙顶山，这片终年云雾缭绕的灵秀之地，自西汉起便孕育出独特的茶文化。唐代时，蒙顶茶被列为贡品，宋元文人雅士以“扬子江心水，蒙山顶上茶”之句盛赞其地位。明清时期，蒙顶黄芽凭借“金叶黄汤”的特质成为皇室专享，其名见于《本草纲目》《天下名山记》等典籍，茶史脉络清晰可循。此茶的传奇源于严苛的原料选择和独创的“双包黄”工艺。这一技艺在清末几近失传，直至 1958 年国营蒙山茶场成立，古法方得系统复原，蒙顶黄芽也被定为国礼茶。如今，蒙顶黄茶依原料老嫩分为黄芽、黄小茶、黄大茶三类，其中黄芽承袭千年贡茶基因，以金毫密布、汤色杏黄、叶底嫩黄的“三黄”特征，续写着“茶中故旧是蒙山”的传奇。





叶底	呈嫩黄色，形态均匀规整
滋味	入口醇厚甘甜，余味绵长
香气	甜润香气显著，馥郁持久
汤色	澄黄明亮，泛透碧玉光泽
色泽	芽叶鲜黄油润，毫光隐现
茶条	扁平笔直，芽体密披银毫
产地	四川省雅安市名山区蒙顶山

蒙顶黄芽是这样制作的

蒙顶黄芽的制作是一场与时间的精准对话。每年春分前后，茶树萌发出一年中最鲜嫩的芽头，茶农们仅挑选饱满的单芽或一芽一叶初展的嫩梢，剔除空心芽、病虫芽，确保原料纯净。每斤成茶需手工采摘上万个芽头，方得茶叶精华。从枝头新芽到杯中金汤，蒙顶黄芽的诞生凝聚着千年技艺的传承。每一道工序都是自然与匠心的共舞，最终成就一盏“金镶玉色，甘润千年”的茶中珍品。



杀青定香

鲜叶投入铁锅，通过高温快速锁住鲜味，去除青草气。制茶师以“闷抖结合”的手法翻炒，待茶香溢出、叶片变软时出锅，此时水分减少近半。

初包染金

趁热用草纸包裹茶叶，于灶上静置一小时。湿热环境促使茶叶自然泛黄，甜香物质逐渐生成，这是形成黄茶特有风味的关键步骤。

二炒塑形

回锅翻炒，通过抖、压等手法初步塑形，同时散去多余水分，茶芽渐显扁直轮廓。

复包增韵

二次包裹茶叶约 60 分钟，控温控湿，让黄色更深融入芽叶，茶味愈发醇厚。

三炒固色

再次翻炒至半干，进一步固定形态。

静置凝香

将茶叶摊放在垫了草纸的竹簸箕中，再盖草纸保温，静置两天，水分重新分布，黄汤黄叶的特征完全显现。

整形提毫

第四次慢炒，边压边拉直，使茶芽扁平挺直，提高芽温，茶毫逐渐全部显露，银毫金芽相映生辉。

慢焙锁味

炭火低温烘焙，每隔几分钟翻动一次，直至茶叶彻底干燥，使香气持久稳定。

严选分级

成品茶按芽头大小、茸毛密度分级，特级茶需芽形匀整、茶毫密布。





蒙顶黄芽的存储方法

蒙顶黄芽的保存需从容器选择、存放环境、防潮措施及定期检查等多方面综合考虑，以确保茶叶品质的持久与风味的纯正。

首要的是容器应具备优良的密封性能。锡罐或瓷罐因防潮与防异味特性成为理想的存放容器，能有效保护茶叶免受外界环境的侵扰。

存放环境同样至关重要。应选择阴凉干燥、避光且远离异味源的位置，以免茶叶因光照、高温或异味的影响而品质受损。针对南方潮湿气候，冷藏保存不失为一种有效的保鲜手段。但在此之前，务必确保茶叶已被密封，以防湿气侵入。冷藏能显著延缓茶叶的陈化过程，保持新鲜度。

此外，定期检查茶叶状态亦不可忽视。若发现茶叶香气有所减弱，可适当进行短时复烘处理，以恢复原有风味。然而，复烘操作需谨慎，以免过度加热对茶叶品质造成不利影响。

蒙顶黄芽的冲泡方法

选水

泡茶用水首选清澈的山泉水，清轻甘活的软水也是佳选，能充分激发蒙顶黄芽的香气与滋味。

茶具

选择高度 10 厘米至 15 厘米、杯口直径 4 厘米至 6 厘米的无色透明玻璃杯，便于观赏茶叶在水中的曼妙舞姿，包括汤色与茶毫之美。同时，备好茶匙等必要器具。

温杯

用沸水温杯，去除茶垢灰尘，提升杯温，为冲泡创造最佳条件。温杯后务必倒净水分，以免影响茶汤浓度。

选茶

开始泡茶前，先赏茶，将 2 克至 3 克蒙顶黄芽置于茶荷中，细细观察蒙顶黄芽的扁直外形、微黄色泽及显露的芽毫，感受干茶的独特韵味。

茶量

按照茶叶与水 1：50 的比例投茶，即每杯投 2 克至 3 克茶叶，冲水 100 毫升至 150 毫升。用茶匙轻柔地将茶叶放入杯中，准备冲泡。投茶时需小心，避免茶叶受损。

润茶

随后进行润茶，采用回旋注水法，沿杯子周边轻柔旋转注水，注水量占杯容量的四分之一至三分之一，浸润时间 20 秒至 60 秒，使茶叶吸水膨胀，便于内含物质释出。

水温

冲泡时，等水温降至 70℃至 85℃，先快后慢地将水冲入茶杯至二分之一处，使茶芽湿透，再冲至七八分满。冲泡时可运用“凤凰三点头”手法，提高水壶，让水由高处向下冲，同时利用手腕力量反复提举水壶三次，促使茶叶有效成分迅速浸出。

浸泡

可观赏茶芽在水中的奇妙变化，从横卧水面到吸水下沉，再到气泡浮力作用下浮升，上下沉浮，美不胜收。在此过程中，静心欣赏，勿急于搅拌或晃动茶杯。

品茗

蒙顶黄芽浸泡 4 分钟至 6 分钟口感最佳，浸泡时间过长则茶水苦涩。小口慢品，滋味甜香浓郁，有回甘。





黄茶名品

霍山黄芽

霍山黄芽是中国传统黄茶的代表，产自安徽省六安市霍山县的高山茶园。这一茶品历史悠久，唐代已有记载，明代被列为宫廷贡茶，古称“仙芽”，后因战乱工艺失传，直至 1971 年才依据古籍成功复原。

霍山黄芽的核心产区位于大别山腹地，海拔 600 米以上的山区终年云雾缭绕，雨水充沛，昼夜温差显著。独特的漫射光照与肥沃的酸性土壤，为茶树提供了理想的生长环境。霍山黄芽沿袭传统黄茶制作技艺，形成“金黄汤、嫩黄叶”的典型特征。

叶底	呈黄绿色，质地嫩匀且厚实
滋味	醇厚度显著，甜味持久且无明显苦涩感
香气	清新高扬，带有似熟板栗的香味
汤色	浅黄绿色，透明度高且色泽均匀稳定
色泽	绿润带黄，油润度明显，无杂色斑点
茶条	条索短小尖细，表面密布银白色茸毛
产地	安徽省六安市霍山县

霍山黄芽的传说趣谈

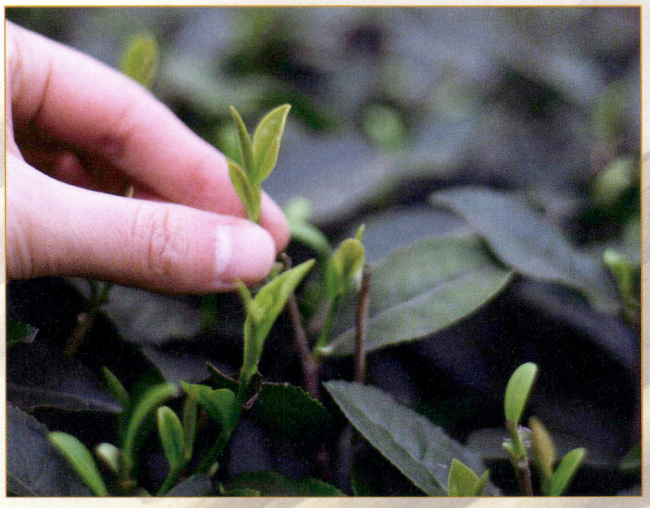
传说，唐太宗的御妹玉真公主，生于帝王之家，却自幼便对功名利禄毫无眷恋，一心向佛，秉持善念。京城中的大小寺庙，常常能看到她的身影。有一回，唐太宗为玄奘法师前去西域取经举行饯行法会。在这场法会上，玉真公主邂逅了一位来自霍山南岳庙的游方高僧。高僧见玉真公主面容慈悲祥和，气质超凡脱俗，便对她说道："公主心怀慈悲，自幼与佛结缘，实在是世间难得。倘若能前往东南方出家修行，日后必定能修成正果。"这番话让玉真公主更加坚定了出家修行的想法。

在一个秋高气爽、阳光明媚的日子，玉真公主悄然离开了京城。她历经长途跋涉，来到了霍山。在霍山县令和南岳高僧的协助下，她在挂龙尖上的一座庵里成了一名尼姑，并担任了住持。玉真公主在京城时向来不沾荤腥，唯独对茶情有独钟。而霍山正是闻名遐迩的黄芽茶之乡。在诵经弘法之外的闲暇时光，她常常带领庵中众尼，跟随当地茶农一同采茶、制茶，乐在其中。

刚开始接触采茶、制茶时，玉真公主四处拜访当地茶农，虚心向他们请教经验。数年光阴过去，玉真公主终于领悟了茶叶制作的精髓，总结出了一套完整的采茶、制茶方法。她制作出来的茶叶，散发着一种独特的清香，备受当地茶农称赞，茶农们也常常向她请教制茶过程中遇到的难题。

有一天，一位农妇带着一包自己制作的生茶前来请玉真公主品尝并给予指导。她品尝后十分惊讶，发现这茶虽然制作较为粗糙，可茶叶品质极佳。玉真公主急忙询问农妇这茶产自何处，农妇回答说，此茶产自抱儿峰（今霍山县太阳乡金竹坪附近）。从那以后，每年春季谷雨之前，玉真公主都会带领众尼翻山越岭，前往抱儿峰一带采摘茶叶，回来后再用她独特的制作工艺精心烘制。这款茶经过众多茶农和茶商品尝，被赞誉为"黄茶之冠、茶中极品"。后来，这茶被呈送给唐太宗李世民，太宗品尝后当即下旨，将它列为贡茶，每年进贡三百斤。太宗皇帝还为霍山黄芽赐名，并亲笔题写"抱儿钟秀"四字。



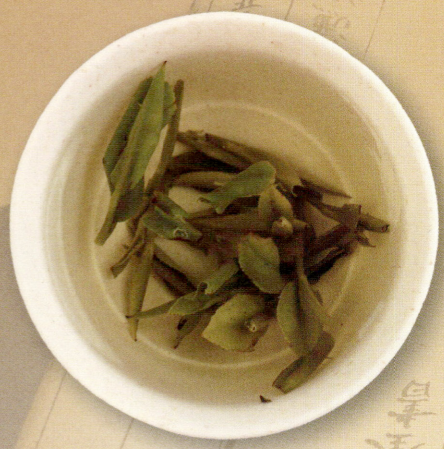


霍山黄芽采摘指南

霍山黄芽采摘标准极为严苛，秉持"四个一致"与"四不采"原则，即芽叶形状、大小、色泽、嫩度需高度一致，开口芽、虫伤芽、霜冻芽、紫色芽均不采摘。精选谷雨前后初展的"一芽一叶"或"一芽二叶"，要求芽叶形态、大小、色泽高度统一。

采摘时采用提采手法：拇指与食指轻捏芽叶基部向上提拉，确保断口平整，避免掐采导致的氧化红变与茶树损伤。









霍山黄芽是这样制作的

霍山黄芽的制作工艺精细复杂，主要包括杀青、初烘、摊晾、复烘、摊放、足烘等环节。这套传承千年的工艺体系，通过“双锅杀青定骨架、三阶段干燥锁活性、间歇摊放促转化”的精控流程，将春日嫩芽淬炼成“三黄隐绿、香若幽兰”的茶中珍品。

杀青

在炭火加热的铸铁双锅中完成核心定型。先在120℃到140℃的生锅中投入50克鲜叶，以挑、拨、抖手法快速使其散失青草气，2分钟内完成初步定型。后改用揉捻手法，在80℃到100℃的熟锅中，用小芒花扫帚轻推茶团，促使叶缘卷曲成条，全程持续3分钟至5分钟，直至叶质柔软、清香显露。

初烘

将杀青叶薄摊于竹制烘笼，110℃高温快烘。每隔90秒翻动一次，6分钟到8分钟内使含水量降至40%，叶片触感微刺手，初步形成“黄叶黄汤”特征。

摊晾

初烘茶叶平铺在竹匾内，静置2小时到3小时，厚度不超过3厘米。通过自然冷却使内外层水分均匀分布，叶脉中残留水分向外渗透，为复烘做准备。

复烘

采用低温长烘法，在80℃烘箱内分层摊放，每20分钟翻堆一次，持续3小时。使含水量降至15%，茶条紧结度提升，栗香逐渐凝聚。

摊放

复烘叶装入陶缸密封静置24小时到48小时。在微氧环境下，酯类物质缓慢生成，青涩感转化为醇厚滋味，汤色由黄绿转向杏黄。

足烘

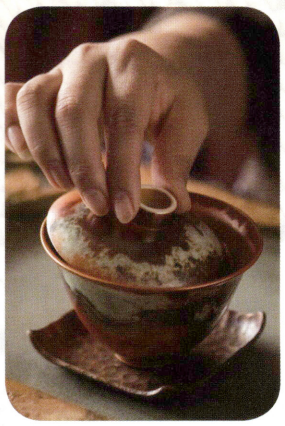
最后阶段以60℃温度慢烘4小时到6小时，每30分钟翻动一次。当茶叶捻揉可成粉、含水量降至5%时，趁热密封于镀锡铁罐，通过热力收缩形成持久锁香环境。

尋山問水

霍山黄芽的冲泡方法

茶具

冲泡霍山黄芽需兼顾器具选择与操作细节。用盖碗冲泡能更好锁住香气；用玻璃杯能直观观赏霍山黄芽“三起三落”的动态美感。



茶量

150 毫升的杯具适配 3 克茶叶。将水煮沸至 100℃后，先以少量沸水温烫杯体提升温度，倒净余水后投入茶叶。

注水

首泡采用回旋注水法，沿杯壁注入三分之一水量浸润 30 秒，促使叶片吸水舒展，此时可见茶芽尖端附着气泡缓慢上升。二次注水时提高壶嘴，利用水流冲击力使茶叶上下翻腾，注至七分满静置 15 秒，茶汤渐显嫩黄透亮色泽。

品茗

品饮前可近距离观察茶态，芽叶直立悬浮，尖端微张形似雀喙，叶底黄绿匀整。初泡茶汤香气以熟板栗香为主，入口鲜醇微甜；第二泡滋味最为饱满，茶多酚与氨基酸充分释放，回甘显著；第三泡茶味转淡，仍保留清雅余韵。若需增加冲泡次数，可逐次增加 10 秒浸泡时间。

叶底	匀整成朵，干净秀丽
滋味	醇和爽口，茶鲜明显，茶甘润泽，多种口感融合
香气	如春日花香，蕙香浮动，清新淡雅
汤色	橙黄鲜明，汤面较为纯净，无或极少夹杂绿色环
色泽	黄绿润泽，给人清新之感
茶条	细紧纤秀，浅绿嫩黄，白毫明显
产地	浙江省温州市平阳县

黄茶名品

平阳黄汤

平阳黄汤，又名“温州黄汤”，是中国黄茶的代表，与君山银针、蒙顶黄芽齐名。其核心产区位于浙江温州平阳县北港的南雁荡山区，这里云雾缭绕的自然环境孕育了独特茶韵。该茶创制于清乾隆年间，因汤色澄黄、滋味甘醇被列为贡茶。据记载当时年贡量达数百斤，曾是清宫调制奶茶的重要原料。近代曾因战乱导致传统工艺中断，直至20世纪90年代经茶人努力才重焕生机。其制作讲究“春茶贵早”，通过传统技法既保留了绿茶的鲜爽，又催生出黄茶特有的杏黄汤色与熟果甜香，最终形成“干茶浅黄显毫、汤色明黄透亮、叶底嫩黄匀净”的“三黄”特征，成就了“温州黄汤冠浙茶”的美誉。

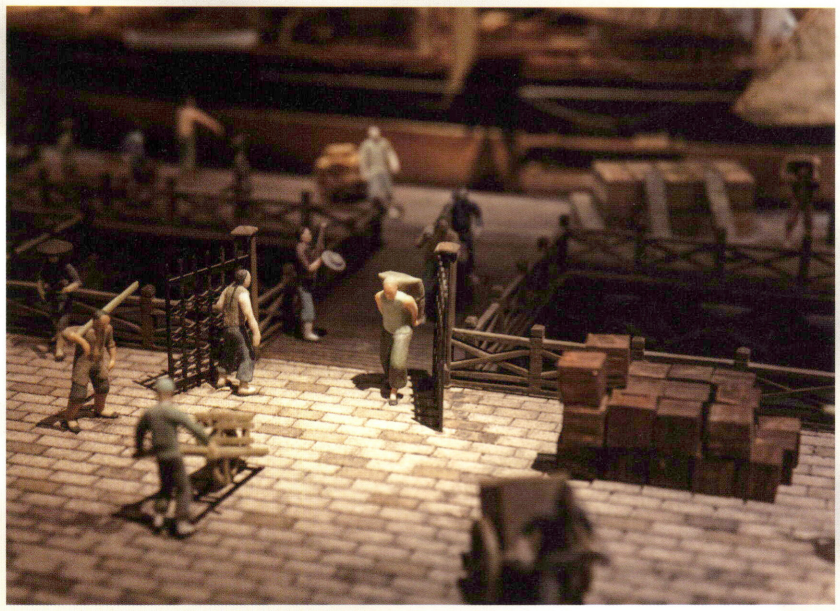
平阳黄汤历史溯源

清代以前，平阳茶树的芽叶因自然发黄而被视为特色，但当时还未形成系统的制茶工艺。清乾隆年间，制茶人巧妙地把绿茶炒制技术与“闷黄”技术相结合，创造出了“三闷三烘”工艺。

19 世纪末至 20 世纪初，平阳黄汤经温州港远销至上海、北京等地，成为南北茶商竞相争购的名茶。后来由于战乱，平阳黄汤被迫停产，工艺传承也随之中断，逐渐在市场上销声匿迹。

到了 20 世纪 80 年代，当地茶人通过四处走访老匠人、反复试验古法，终于在 20 世纪 90 年代成功复原了平阳黄汤的制作工艺。2014 年，平阳黄汤成功通过国家农产品地理标志登记，成为浙江茶文化的一张靓丽名片。

平阳黄汤的兴衰历史，深刻地折射出中国传统茶业的发展变迁。从清代的贡茶，到当代的复兴，它的工艺不仅完整保留了黄茶的特色，更是成为非遗保护的一个鲜活案例。



平阳黄汤是这样制作的

从枝头翠芽到杯中金汤，平阳黄汤的制作是茶叶与匠人指尖的共舞。每一片茶叶都承载着三昼夜的湿热交融，最终将春日的鲜灵化作喉底的甘润。

采摘

每年清明前夕，浙江省温州市平阳县的茶山迎来黄金采摘期。茶农只取一芽一叶或一芽二叶初展的嫩梢，芽头需匀整饱满、白毫密布。采下的鲜叶随即摊放在竹匾中，置于阴凉通风处 4 小时到 6 小时，叶片自然失水，为后续工艺奠定基础。

杀青

将铁锅预热至约 180℃，投入半斤鲜叶，运用“抖抛结合”的手法炒制，初期通过高抛使鲜叶中的水分快速蒸发。待鲜叶叶质稍显柔软，转为闷压操作，确保每片鲜叶均匀受热。约 15 分钟后，鲜叶由翠绿转变为暗绿，减重超过一半，青草气味消散，仅留嫩香，此时应迅速出锅。

揉捻

杀青叶出锅后，趁着温度尚高，把杀青叶置于揉捻机中进行 15 分钟的轻揉操作。若采用手工揉捻，需持续揉捻至条索初步显现。揉捻过程中，力度需把握得当，既要柔和，又要具备一定的力度，促使叶片卷曲成条，同时避免叶片破损。

闷堆

将揉捻叶堆积，厚度控制在 30 厘米至 40 厘米，随后用湿布或湿麻袋覆盖，以维持湿润环境。闷堆期间，需定期检查茶叶的变化情况，包括颜色与气味。经过 2 天至 3 天，当茶叶颜色由绿转黄，散发出浓郁的甜香气味时，闷堆工序即宣告完成。在此过程中，叶绿素在湿热条件下遭到破坏，茶多酚等物质发生氧化、水解等反应，进而形成了平阳黄汤标志性的“三黄”特质。

初烘

初烘阶段，茶叶薄摊于竹焙笼上，炭火保持微温，文火慢烘 15 分钟，每 3 分钟翻动一次，确保干燥均匀，至七成干即可。

闷烘

初烘后的茶叶稍作摊晾，然后装入布袋内，放入烘笼中，烘笼温度保持在 30℃左右，进行闷烘。闷烘时间较长，一般为 3 小时到 4 小时，直至茶叶九成干。闷烘过程中，茶叶在湿热的布袋内继续进行缓慢的化学反应，进一步促进黄变和香气的形成。

整理、包装

闷烘完成后，将茶叶取出，摊晾整理，去除杂质和碎末，最后进行包装贮藏，贮藏环境要求干燥、通风、无异味。













平阳黄汤的冲泡方法

水和茶具

冲泡平阳黄汤，山泉水最能激发茶香，若用自来水需静置一夜去氯。茶具宜选透亮的玻璃杯或白瓷盖碗，既能观赏茶芽舒展，又可避免吸附香气。

温杯

冲泡前先用沸水温杯，既能清洁，又能让后续茶汤温度更稳定。

茶量

投茶量以 150 毫升水配 3 克茶为基准，约占杯身四分之一，口味偏淡可减量，偏好浓醇则适量增加。

水温

水温建议 90℃左右，嫩芽高温易闷出熟味，粗叶可略提至 95℃。

泡法

传统泡法讲究“三起三落”，先注半杯热水，浸泡 1 分钟唤醒茶香，再高冲注满，水流激荡间茶芽翻腾，内含物质均匀释出。首泡洗去浮尘；第二泡杏黄茶汤渐显甘醇。每泡时间递增，留三分之一茶汤时续水，可冲四五道，滋味由鲜转甜，层次分明。

若时间有限，简易法同样能品出精髓：取 3 克茶入杯，先注少量热水浸润半分钟，待银毫舒展、甜香溢出，再注水至八分满，静候 2 分钟即可。一泡茶可续水三次，水温始终维持在 90℃左右，茶味渐淡时仍有余韵。

品茗

无论是传统泡法还是简易泡法，冲泡时需避开异味干扰。茶汤入口，先闻嫩香如春笋破土，再品甘润似山泉过喉，叶底舒展后嫩黄匀亮，方显平阳黄汤“三黄透三韵”的匠心真味。

水問山尋

第七章

厚重陈香——黑茶



黑茶是中国历史悠久的茶类之一，发酵程度相对较高。虽然黑茶的原料多为较粗老的茶叶，但这些茶叶在制茶师傅的精心加工下，实现了奇妙的转化。这一过程中，茶叶的色泽、香气和口感都发生了显著变化，形成了黑茶独有的品质特征。在边疆地区，紧压的黑茶便于携带和储存，成为当地牧民和百姓日常生活中的重要组成部分。它不仅满足了人们对茶饮的基本需求，还成为边疆地区文化交流和贸易往来中的重要媒介。

水問山尋

陈香醇厚

黑茶的特性

黑茶的外观呈现出标志性的黑褐色，口感醇厚、浓郁，带有陈香。黑茶制作工艺的核心在于渥堆，通过调控温湿度，促使茶叶在湿热与微生物的协同作用下发生转化。此外，黑茶耐久藏，往往随时间推移香气愈发浓郁。

黑茶的颜色

黑茶的干茶色泽深邃油润，冲泡后，茶汤展现出黄褐或橙黄的色彩，清澈透亮。在加工与存放期间，茶叶成分会经历一系列变化，进一步丰富色泽表现。

黑茶的口感

黑茶的口感因发酵程度的不同而有所不同。初尝时，或许有人会觉得其味似苦似涩，难以入口。但若能细细品味，便能领略到茶汤滑润，茶味醇厚。

黑茶的价值

黑茶属于后发酵茶，不仅口感独特，还蕴含丰富的营养价值。黑茶在软化血管、助消化等方面有着显著的效果。此外，黑茶中的茶多糖含量较高且活性强，在调节血糖方面表现出色。同时，黑茶中的咖啡因、维生素、氨基酸等成分也有助于调节脂肪代谢，降解脂肪，促进纤维蛋白原溶解等。这些营养价值使得黑茶在茶叶市场中备受青睐，成为越来越多人的选择，还被西北地区居民亲切地称为“生命之茶”。

水問山尋

怎样选出好黑茶

挑选黑茶需要综合运用视觉、嗅觉和味觉等多种感官进行判断，同时，结合干茶和茶汤的特征进行关联分析，可以更加准确地评估茶叶的品质。

观验干茶

首先要仔细观察干茶。干茶的状态不仅反映了茶叶的采摘和制作工艺，还预示着冲泡后茶汤的品质。通过观察干茶的外形、颜色和嫩度，我们可以初步判断茶叶的品质优劣。

外形

优 上品的紧压茶，砖面完整而光滑，模纹清晰，棱角分明，侧面没有一丝裂缝。散茶条索匀齐、油润。

次 过于细碎或混杂有老梗。

色泽

优 优品黑茶的颜色或是褐绿色，或是油黑色，可以对比不同茶叶的颜色，选择那些色泽均匀、光泽度好的。

次 颜色过于鲜艳或过于暗淡的茶叶可能是染色或过度加工的。

嫩度

优 嫩度好的黑茶，芽头多、毫毛丰富。

次 叶片过于粗老或毫毛稀少，这可能是品质不佳或采摘时间不当导致的。



品评茶汤

冲泡后，需进一步品鉴茶汤。此时，观验干茶时的颜色与嫩度信息将与茶汤的特质相呼应。

滋味

优 上品黑茶的口感甘醇，或是微微带有一丝发涩。陈茶则极其润滑。

次 若滋味淡薄、苦涩重，或有异味，则品质不佳。

汤色

优 优质黑茶汤色橙黄或棕红，清澈明亮。

次 汤色浑浊、发暗或有沉淀，品质欠佳。

香气

优 上品黑茶带有菌花香，茯砖茶和千两茶的菌花香尤为明显，而野生的黑茶则散发着一种清新的味道。选择那些香气浓郁、持久且无异味的茶叶。

次 那些香气过于浓烈或带有刺激性气味的茶叶，可能是添加了香精或存储不当。

古道遗韵

黑茶史话

黑茶的历史，是一部劳动人民智慧的结晶史，是中国古代贸易和民族交流的见证史，也是传统工艺在现代社会传承与发展的演变史。从古代四川的黑茶雏形，到明清时期各地黑茶的蓬勃发展，再到近现代黑茶在国内外市场大放异彩，黑茶以其独特的魅力在历史的舞台上熠熠生辉。

黑茶之始

黑茶的雏形诞生于四川地区，当时的茶叶多为绿毛茶。四川地区与西北地区之间活跃的茶叶贸易是黑茶诞生的重要背景。由于两地距离遥远，且古代交通条件十分有限，茶叶在运输过程中面临诸多难题。为此，茶农们想出了蒸压成块的方法来处理茶叶。绿毛茶经过二十多天的湿坯堆积，色泽逐渐发生变化，由绿色转变为黑褐色，从而形成了早期的黑茶。因便于保存和运输，黑茶迅速成为边远地区人们日常生活的必需品。

明代黑茶

明嘉靖时期，湖南安化黑茶已成为边销主力，专用于西北地区的茶马互市。明隆庆五年（1571 年），《明会典》进一步规范黑茶贸易，四川黑茶与黄茶经蒸压后制成长方体的篾包茶，每包重 3 千克至 5 千克，主要销往陕西汉中地区。

清代黑茶

清代是黑茶发展的重要时期。道光元年（1821年）前，陕西商人已活跃于黑茶贸易，他们以益阳（今属湖南）等地为据点，委托行栈（专门帮人介绍买卖的商业机构）汇款至湖南安化订购黑茶，行栈雇人下乡采买鲜叶，经踩压成捆后运输出山。为提升运输效率，此类散装茶逐渐定型为小圆柱形，每支重约10斤，得名“百两茶”。同治年间，工艺进一步革新。晋商“三和公”茶号精选优质原料，在“百两茶”基础上以棕片与竹篾加固捆压，制成大圆柱形茶体，单支净重达1000两（按16两老秤制，约合37.27千克），称“千两茶”。此形制的茶，既稳固耐运，又利于长期贮存，成为清代黑茶工艺成熟的标志。

湖南安化在清代成了黑茶制作的重要产区之一。这里的土壤、气候等条件都非常适宜茶叶生长，所产茶叶品质优良。安化黑茶发展出了丰富的品类，包括“三尖”（天尖、贡尖、生尖）和“三砖”（茯砖、黑砖、花砖）等。

近现代黑茶

近现代以来，黑茶在传承传统工艺的基础上实现了新的发展。茶农们积极引入现代茶叶加工技术和设备，既确保了黑茶的纯正风味，又大幅提高了黑茶的生产效率和产品质量。例如，现代的采摘工具和方法能让采摘更加高效，同时保证茶叶的完整性，先进的发酵设备和温控技术能更加精准地控制发酵过程，让黑茶的品质更加稳定。

渥堆玄机

成就黑茶之美

从杀青到后续的揉捻、渥堆，再到部分黑茶特有的压制成型，直至最后的干燥，这些工序环环相扣，最终呈现出黑茶独特的黑褐色外观、醇厚的滋味以及浓郁的香气。



第一步：杀青

黑茶鲜叶因粗老且含水量较低，需通过高温快炒的杀青方式迅速破坏其酶活性，这是塑造黑茶的首要环节。在高温的作用下，鲜叶迅速由青绿色转变为黄绿色，并带有一定的黏性，青气逐渐消散，茶香初露，叶色均匀转变为暗绿色。此过程需精准调控酶活性，为后续发酵奠定基础。杀青不足则酶活过度，品质不稳，过度则香气口感受损。



第二步：揉捻

杀青后的茶叶需立即进行揉捻，以手工或揉捻机进行。揉捻过程中，需轻压、短时、慢揉，利用杀青后的余温使茶叶内部汁液渗出，为后续的发酵过程提供基础。嫩叶经过揉捻后形成条索状，老叶则呈现皱折状。揉捻不仅赋予了茶叶初步的外形轮廓，还增加了其紧结程度。

第四步：压制成型

并非所有黑茶都需要压制成型，但对于茯砖、黑砖、花砖等传统黑茶品类来说，这一步骤是不可或缺的。在压制成型前，需对毛茶进行等级区分，然后按照一定重量标准称取茶叶，放入蒸模中软化。当茶叶变软后，用木模或石模将装茶的布袋进行压制，形成特定的形状。

压制成型不仅赋予了黑茶独特的外观形态，便于储存和运输，还在一定程度上影响了茶叶的发酵进程。例如茯砖茶，在压制完成后，在特定的环境条件下，会自然生长出一种金黄色的益生菌——“金花”（学名冠突散囊菌）。“金花”能够进一步提升茯砖茶的品质，让茯砖茶在众多黑茶中脱颖而出。







第三步：渥堆

渥堆是黑茶制作工艺中最具特色的环节，它决定了黑茶独特风味的形成。将揉捻后的茶坯堆积起来，高度约 1 米，覆盖湿布、蓑衣等物品，以保温保湿。在渥堆过程中，还需进行一次翻堆，避免发酵不均匀。经过约 24 小时的渥堆，茶坯表面会出现水珠，叶色由暗绿转变为黄褐色。渥堆需在背窗、干净且温湿度适宜的环境中进行，茶叶中的微生物能大量繁殖，对茶叶中的蛋白质、糖类等物质进行分解和重组，引发一系列复杂而微妙的化学反应，形成黑茶独特的色泽、滋味和香气。

第五步：干燥

通过日晒自然干燥或烘房干燥的方式，使茶叶达到理想的干燥程度。日晒需选择阳光充足且不过于强烈的天气，确保茶叶均匀受光；烘房干燥则需精确控制温度和时间，先高温快速蒸发水分，再低温慢烤使内部水分充分散失。干燥过程中，茶叶中的挥发性物质进一步去除，香气变得更加纯正稳定。同时，干燥还能对微生物活动起到抑制作用，保障黑茶在储存和后期陈化过程中的品质。

陈韵秘境

中国黑茶产区分布

黑茶的发展历史悠久，其主要产地集中在云南、广西、四川、湖北、湖南等地。各地凭借独特的自然环境，孕育出风味各异的黑茶。湖南的安化黑茶，品质卓越；湖北的老青茶，如蒲圻老青茶，蒸压成砖，韵味独特；四川的边茶，分南路边茶与西路边茶，品质优良，经熬耐泡；云南与广西的滇桂黑茶，以普洱茶、六堡茶为代表，陈香浓郁，风味迷人。

湖北黑茶区

湖北省的黑茶产区主要集中于咸宁地区，涵盖赤壁市与咸宁市下辖的通山、崇阳、通城等县。咸宁地区地势南高北低，由冲积平原向北过渡到低山丘陵，再向南延伸至中山地带。这里气候温和，四季分明。充足的阳光促进了茶树的光合作用，利于茶叶内含物的累积。

· 湖北省恩施土家族苗族自治州鹤峰县木耳山茶田

湖南黑茶区

湖南省是历史悠久的茶文化沃土，凭借优越的自然条件与悠久的制茶经验，成为优质黑茶的重要产地与传承创新的核心舞台。

产区分布

湖南黑茶的产区主要集中在益阳市安化县，安化县坐落于资水中游，位于湖南省中部偏北、雪峰山脉北段。古称“梅山”，是梅山文化（即蚩尤文化）的发源地。随着产业的不断壮大，如今湖南黑茶的产区已经扩展至周边的桃江县、桃源县、沅江市、汉寿县、宁乡市、益阳市以及临湘市等地，形成了一个分布广泛的黑茶产业带。



· 湖南省安化县黑茶博物馆

历史沿革

明代，湖南地区的茶叶产业逐渐兴起，随着贸易的发展，湖南黑茶开始在市场上崭露头角。清代，湖南黑茶进入了蓬勃发展的阶段，通过茶马古道等贸易通道远销边疆地区。众多茶商汇聚湖南，从事黑茶的收购、加工和销售。当地的茶农们在长期的实践中，不断改进着黑茶的制作工艺。近代，尽管经历了社会的动荡，但湖南黑茶的生产并未中断。而且在一些有识之士的推动下，许多传统茶厂开始尝试引入先进的生产技术，大大提高了黑茶的产量和质量。

岁月沉淀的制茶工艺

根据《湖北通志》的记载，清同治十年（1871 年），湖北省内六县重新制定了茶叶税收的相关章程，其中明确列出了黑茶和老茶这两种茶叶类型。1890 年前后，蒲圻县羊楼洞地区开始生产一种炒制的篓装茶。这种茶随后被运往北方销售，被人们称为炒篓茶。炒篓茶的制作工艺逐渐发展，开始以老青茶为原料，经过蒸压制成老青砖茶。在清代，湖北地区的黑茶主要产于蒲圻羊楼洞，因此这种茶也被称为“洞砖”。更有趣的是，由于茶砖的表面印有“川”字商标，它又被人们亲切地称为“川字茶”。

湖北黑茶的文化价值

在咸宁地区，除了欣赏美丽的茶园风光外，游客还可以参观古老的制茶作坊，了解湖北黑茶的传统制作工艺。此外，当地还有一些与茶相关的民俗活动，如茶文化节等，这些活动吸引了众多游客前来参与，进一步提升了湖北黑茶的知名度和影响力。

四川黑茶区

四川黑茶通常被称为“四川边茶”，它主要分为“南路边茶”和“西路边茶”两大类。

南路边茶主产于雅安市天全县以及荥经县等地。制作工艺较为精细。用南路边茶加工而成的紧压茶，历史上有“二等六级”之分，如今简化为康砖、金尖两个花色。南路边茶主要销往西藏自治区等地，是藏族人民日常生活中必不可少的饮品。

西路边茶则主要产自都江堰市、崇州市、成都市大邑县等地。其原料是采割来的茶树枝叶直接晒干而成，相较于南路边茶，它的鲜叶更为粗老。西路边茶通过蒸压加工成方包茶或圆包茶，主要销往四川省阿坝藏族羌族自治州以及青海省、甘肃省、新疆维吾尔自治区等地。

从外观上看，南路边茶外形卷折成条，色泽棕褐油润；西路边茶色泽更深。冲泡后，南路边茶滋味醇和，还带有一种陈香；西路边茶味道浓厚，有粗犷的茶香，并且耐泡性强，可多次冲泡。

四川黑茶的多元价值

四川黑茶还具有多种保健功效。它能够有效地缓解油腻，对于那些以肉食为主的人群，饮用四川黑茶能够很好地帮助他们消化食物。

在藏族的酥油茶中，四川黑茶是关键的原料。同时，四川黑茶的生产和贸易也对当地经济起到了很大的推动作用。从茶叶的种植、采摘，到加工、运输，形成了完整的产业链，为当地居民提供了大量的就业机会。



· 四川省雅安市名山区茶山

云南省普洱市茶山

滇桂黑茶区

在云南和广西，黑茶不仅是饮品，更是文化的重要载体，承载着人们对美好生活的祈愿和对祖先的敬意。

云南——茶韵悠悠的高原茶乡

云南省位于中国西南边陲，山峦起伏、云雾缭绕，降水丰富，阳光充足，十分有利于茶树生长。云南蒸压茶在黑茶家族中独树一帜，原料广泛采集自云南省各地，经精湛工艺压制成紧茶、饼茶、方茶、圆茶等。这些蒸压茶主要销往边疆地区，因其能适应边疆饮食结构且消食解腻，深受喜爱。

云南普洱茶是茶界明星，产自云南省普洱市思茅区、西双版纳傣族自治州等地，以大叶种晒青毛茶为原料，经发酵等复杂工序形成独特的陈香和醇厚口感。它在国内外倍受推崇，深受东南亚各国以及日本、意大利、法国等地消费者喜爱，是传播中国茶文化的一张名片。

广西——茶树飘香的岭南茶园

广西壮族自治区的黑茶产区主要集中在梧州市及其周边区域，包括梧州市苍梧县的六堡镇、五堡乡狮寨，贺州市八步区的沙田，以及岑溪市、横州市等多个县市。这些地区地形多样，海拔适中。亚热带季风气候的滋养，使得这里阳光充足、雨水充沛，为广西黑茶的生长与发酵提供了优良条件。

广西黑茶产区历史悠久，茶文化源远流长。随着国内外贸易的繁荣，特别是清代广州口岸的开放，广西黑茶远销南洋及世界各地，其中的杰出代表六堡茶，更是凭借独特的槟榔香气长期畅销东南亚各国。



·六堡茶原叶

黑茶名品

安化黑茶

安化黑茶是湖南省益阳市安化县出产的名茶。自汉代起，当地便以种植茶树闻名，唐代创制的渠江薄片茶经松烟熏焙，成为输往湖北江陵、襄阳等地的贸易茶品。北宋时期，朝廷在安化县境内资水北岸设博易场，以茶易货，确立了其商业地位。明清时期，安化县黄沙坪镇、东坪镇茶市兴盛，黑茶产量占湖南的七成，千两茶更是成为宫廷贡品。中华人民共和国成立后，安化黑茶融合现代工艺，改良渥堆发酵技术，获国家地理标志产品认证。独特的金花菌发酵工艺，赋予茶品降脂解腻之效，越陈越香的特性更吸引国际关注。安化黑茶远销东南亚、欧洲，成为中华茶文化的重要名片。

叶底　肥厚柔软，呈深褐或古铜色，带活性光泽

滋味　醇厚饱满，初显轻微收敛感，随即转化为甘甜生津

香气　茯砖茶有菌花香，千两茶具淡雅竹箬香，陈年茶发展枣香、药香等复合香型，荒野茶保留清新草木气息

汤色　初泡汤色橙红透亮如琥珀，陈年老茶汤色渐深至酒红，耐泡性卓越，十泡后仍保持明净透亮

色泽　乌黑油润，表面泛棕褐色光泽，质地均匀无杂色，久存后呈现古铜色包浆

茶条　紧压茶砖面平整，模纹清晰、棱角分明无裂痕；散茶条索匀整紧结，色泽黑褐油润

色泽　湖南省益阳市安化县

安化黑茶的传说趣谈

东汉著名外交家班超带领商队前往西域，途中遇到大雨，携带的湖南安化茶叶被淋湿。商队将茶叶晾干后继续西行，经过河西走廊时，茶叶在高温干燥的环境中自然发酵，表面长出金色斑点（即“金花菌”）。

途中遇到牧民因长期吃肉导致腹胀疼痛，随队医生用这些带金花的茶叶煮水给他们喝。牧民饮用后症状缓解，消息传开后，当地部落纷纷抢购这种茶叶。从此，西北牧民中流传起“宁可三天不吃粮，不能一天不喝茶”的说法。安化黑茶因能解油腻、助消化，逐渐成为草原生活的必需品。从汉唐到明清，安化黑茶大量运往西北。鼎盛时期，当地有八大茶叶集镇、三百多家茶行、十万多名茶工参与制作，黄沙坪等茶市终日驼马不断。



· 金花菌

安化黑茶的采摘时机

安化黑茶的采摘严格遵循时令。

清明前采摘的黑茶为“明前茶”，这时的茶叶细嫩至极，叶形纤细。

谷雨前采摘的是“雨前茶”，同样叶细质嫩，蕴含着春雨的滋润。谷雨后采摘的称为“雨后茶”，叶形略显粗大，叶汁也更为醇厚。

立夏之后采摘的茶叶被称为“头茶”，梗白叶嫩，肉质厚实，色泽乌油或竹青，叶汁枣红，香气扑鼻，经得起四五次冲泡，实为茶中精品。

小暑节后采摘的红茶，又称“仔茶”或“夏茶”，叶形小而薄，质地粗老，呈现嫩黄色，梗红水浅，香气淡雅，冲泡一两次后便淡了。

立秋之后所采之茶为“禾花茶”，叶片更为瘦削，梗红多三叉，茶水带绿，仅能冲泡一次，味道极为清淡。

安化黑茶的采摘不仅注重节气，更体现了对茶树生长规律的尊重与顺应。茶树移植四五年后开始萌芽，最初两年仅采摘春茶一次。七八年后，茶树生长茂盛，便可大量采摘。

安化黑茶的制作工艺

安化黑茶的制作工序凝结着制茶人的经验智慧。从鲜叶到成品需经历杀青、揉捻、渥堆、复揉、干燥五大核心步骤，最终通过时间陈化形成独特风味。

杀青

鲜叶采摘后需立即进行杀青。茶农将茶叶投入铁锅，先徒手高温快炒使叶片均匀受热，待叶温升高烫手时，改用竹制工具持续抖炒。约 4 分钟后，叶片由青绿转为暗绿，青草气转为清香，叶质变得柔软，此时快速完成杀青以保留活性物质。

揉捻

揉捻工序讲究因材施技。嫩叶轻揉成型，粗老茶叶则需两次揉捻：初揉使茶汁渗出，短暂静置后进行复揉。工匠通过观察叶片卷曲程度调整力度，确保粗梗老叶也能形成紧结条索，为后续发酵创造条件。

渥堆

在稍微阴暗的空间内，环境湿度保持在 85% 左右，温度维持在 30℃以上，将茶堆置于竹匾上，茶堆上覆盖湿布以维持温湿度。渥堆可以促进茶叶内部酶的活性，引发化学变化，形成黑茶特有的品质。

复揉

因原料较粗老，难以一次揉捻成型，且渥堆后茶条回松，需通过复揉使粗老叶片进一步卷曲成紧条。复揉过程中再次破坏茶叶内的细胞结构，提升茶汤浓度与香气。

干燥

与普通烘焙工艺不同，安化黑茶采用明火烘焙干燥初制成的茶叶，松柴燃烧过程中会产生特殊的松烟香气，烘焙完成后茶叶含水量下降到符合贮藏标准。

安化黑茶的冲泡方法

厚壁紫砂壶、陶壶都是冲泡安化黑茶的理想之选，它们的粗犷大气能够很好地衬托出黑茶的韵味。品茗杯最好选用透明玻璃器皿，这样可以观赏到茶叶在水中舒展、茶汤颜色逐渐变化的景象。

由于安化黑茶比较耐泡，所以一定要用100℃的沸水才能将其茶味完全泡出。此外，还可以先用沸水润茶，再用冷水煮沸的方法，这种独特的操作能让茶汤的滋味更具层次感。

在冲泡方法上，对于较嫩的茶叶，宜多透少闷；对于粗老的茶叶，则适合多闷少透，粗老茶甚至可以煮饮。高档砖茶及三尖茶与水的比例以1：30为宜，粗老砖茶则以1：20左右为佳。

安化黑茶四季皆宜饮用。夏天将其冰镇后饮用，清爽解渴，冬天趁热饮用则能暖胃养身。



黑茶名品

茯砖茶

茯砖茶历史渊源深厚，诞生于湖南、陕西、四川等地茶文化交融的背景之下。早期的茯砖茶制作独具特色，湖南所产的黑毛茶被精心处理后，压制成每块重达 90 千克的大型茶砖，并用篾篓大包包装，运往陕西泾阳进行筑制。这一过程不仅路途遥远，而且加工时间多在伏天，因此这种茶得名“伏茶”，又因在泾阳筑制，也被称为“泾阳砖”。

发花是茯砖茶制作的关键工序。在这一过程中，茯砖茶内部会生长出金黄色的菌落，俗称“发金花”。金花的生长情况直接反映了茯砖茶的品质，金花越茂盛，茶叶品质越高。茯砖茶的发展历程是一部地域文化交流与融合的历史，它沿着古老的贸易通道而来，凝聚了古代茶商们的智慧与心血。



叶底	深褐色，略显粗犷
滋味	醇厚浓郁，余味甘甜
香气	纯正高雅，清新持久
汤色	红黄交融，明亮清澈
色泽	深黑褐色，油润光泽
茶条	矩形砖形，结构紧凑，便于储运
产地	陕西省咸阳市泾阳县

茯砖茶的传说趣谈

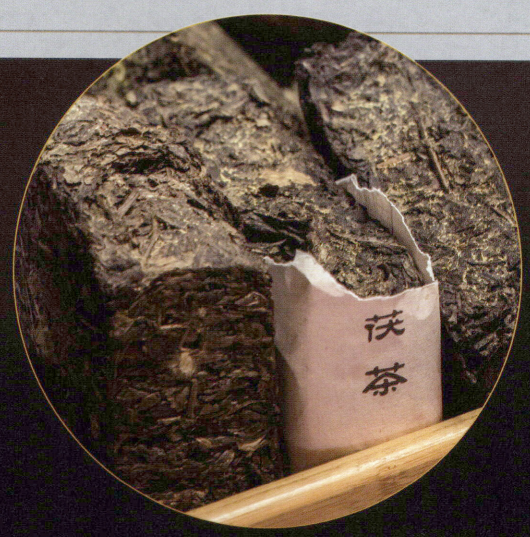
晚清名臣左宗棠担任陕甘总督时，特意来到陕西泾阳拜访恩师。泾阳知县热情款待，给他奉上当地特产泾阳茯砖茶。左宗棠好奇询问茶的来历，知县介绍这是泾阳的特色，于左宗棠的老家湖南，在这里加工制作。其实，自汉代起，泾阳就是南茶西进的重要集散地和加工、制作、运输枢纽，泾阳茯砖茶也是茶马交易的重要物资。

后来，在左宗棠率军前往甘肃、新疆时，泾阳茯砖茶更是立下了赫赫战功。他深知茯砖茶杀菌消炎、消食利水的独特功效，特意为将士们购进一批。在西北地区，茯砖茶完美解决了将士们水土不服以及吃牛羊肉导致的肠胃不适等问题。

左宗棠担任陕甘总督期间，对茶叶的生产经营极为关注。他了解到茶农、茶商的困难后，决心对茶业经营管理进行改革。他向朝廷上书，指出茶务的重要性，并主持制定了《变通茶务章程》，明确茶商纳税标准，减轻了茶商负担，让泾阳茯砖茶的贸易日益繁荣。

就这样，在左宗棠的推动下，泾阳茯茶从当地逐渐走向了更广阔的天地。





茯砖茶是这样制作的

整个茯砖茶的制作过程从原料初制、拼配、筛选到渥堆、发花、干燥、检验等环节均需严格把控。匠人们需根据季节、原料等级、地域等因素灵活调整工艺参数，以确保茯砖茶的品质达到最佳状态。

采摘

茯砖茶一般在谷雨前后新梢基本成熟时采摘，传统工艺强调“老叶嫩采”。以粗壮的一芽四叶、五叶为主，搭配少量对夹三叶、四叶为采摘标准，并且要求叶片肥厚舒展，叶梗比例适中，无病虫害损伤。此类成熟叶片含有丰富的纤维和糖类物质，为“金花菌”的生长提供了理想环境。

原料准备

毛茶需经过杀青与揉捻处理，以释放其内质，并筛除杂质，确保茶叶的纯净。之后，将茶叶与茶梗按一定比例拼配，为形成茯砖茶的独特风味奠定基础。

渥堆发酵

将拼配好的原料增湿后堆积，通过精确控制温度，促进茶叶内微生物的繁殖，引发一系列复杂的生化与物化变化。这一过程加速了茶叶的陈化，同时减少了苦涩味，提升了茶叶的醇厚口感。

蒸汽压砖

茶叶经过高温蒸汽后变得柔软，随后被压制成规整的砖形。这一步骤不仅稳定了茶叶的形态，还为后续的发花工序提供了合适的基础。

发花

在特定的温湿度条件下，茶砖经历 12 天至 15 天的发花期，生成了大量的黄色颗粒状孢子——“金花”。这些孢子不仅增添了茶叶的美观性，更是茯砖茶高品质的象征。随后进入 5 天至 7 天的干燥期，温度逐渐升高，直至茶叶水分降至适宜水平，完成整个制作过程。

茯砖茶的冲泡方法

紫砂壶因良好的透气性，非常适合用来冲泡茯砖茶，能很好地保留茶香。品茗杯则推荐选用玻璃材质，便于观察茶汤色泽。茶刀用于撬开紧实的茯砖茶，其他如茶荷、茶匙、茶巾和水盂等辅助工具也需准备齐全，以确保冲泡过程顺畅。

拿起茯砖茶，可借助放大镜观察其上的金花颗粒，这是判断茯砖茶品质的重要标志。

撬茶时，需耐心细致，尽量使茶叶内外均匀，让冲泡时味道均衡。

将撬好的茶叶放入茶荷，再用茶匙取适量茶叶投入预热好的紫砂壶中。温杯是冲泡前的重要步骤，用沸水预热紫砂壶，确保茶叶在适宜的温度下释放香气。同时，将预热的水倒入品茗杯，预热茶具。

将沸水注入茶壶中，稍等片刻让茶叶初步舒展，接着用壶盖轻轻拂去浮在表面的泡沫。大约 3 秒后，迅速倒掉这道水。此刻，揭开壶盖，可以闻到茯砖茶特有的菌花香，但要注意不要搅动底部茶叶，以免影响茶汤的清澈度。

随后，以稳定的水流缓缓向茶壶内添加沸水，并立即封盖。根据茶叶存放的时间以及个人口味的不同，灵活调整浸泡的时间长度。

品尝时，先轻抿一口茶汤，感受醇厚滋味。初尝可能略感浓厚，但随后会有悠长的回甘。



黑茶名品

六堡茶

六堡茶的制作历史悠久，清代嘉庆年间跻身中国名茶之列。其核心产区位于广西壮族自治区梧州市苍梧县六堡镇，喀斯特地貌形成的峡谷梯田造就了茶树的黄金生长环境：昼夜温差催化内含物质积累，充沛雨量润泽砂质红壤，漫射光照孕育出厚实油润的叶片。随着历史演进，六堡茶的种植扩展至广西二十余县，但六堡镇始终保留着最古老的茶园群落。当地的茶树经数百年自然选育，形成叶形椭圆、芽毫密布的特有品系，清明时节萌发的紫芽成为原产地标志。遵循“采老留嫩”的传统采收法则，维系着茶园生态平衡。这些跨越时空的耕作智慧，让六堡茶始终保持着山野灵韵与人文温度。

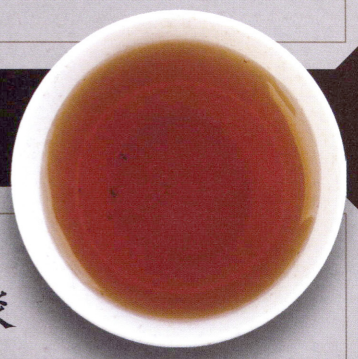
叶底	叶片完整，质地柔软，呈均匀褐红色
滋味	浓烈醇厚，带有明显收敛性，饮后喉部持续回甜
香气	呈现陈年茶特有的木质醇香，伴随轻微槟榔香
汤色	透明度高，呈现深红偏棕的稳定色调
色泽	黑褐色，油润度显著
茶条	条索紧结，无碎末
产地	广西壮族自治区梧州市苍梧县六堡镇

六堡茶为何广受青睐？

早在清代，《苍梧县志》便记载：“茶产多贤乡六堡，味厚，隔宿不变。”寥寥数语，足见六堡茶彼时品质之优。

清代，广东地区茶楼文化兴盛，茶楼成了人们饮食、娱乐、社交的好去处。六堡茶产地与广东距离较近，从广西梧州到广东广州，如今高铁一个多小时可达，过去虽然没有高铁，却有水路相连。在广东茶楼里，六堡茶如鱼得水，“味厚，隔宿不变”是它鲜明的标签，与甜咸各异的点心搭配绝佳。而且六堡茶冲泡不拘泥于烦琐的规矩，大壶闷泡就可以，就算茶凉，也韵味犹存。

晚清的中国社会经历动荡，但六堡茶凭借顽强的生命力，依然在内外销市场站稳了脚跟。它走出家乡，走向世界，又回归本土，早已超越饮品范畴，成为文化的象征。



六堡茶的传说趣谈

在遥远的古代，广西苍梧的六堡镇黑石村迎来了一位慈悲为怀的龙母娘娘。那时的苍梧群山环绕，耕地稀缺，百姓们辛勤劳作，收获的粮食却勉强果腹，还需省吃俭用以换取生活必需的盐巴。目睹此景，龙母娘娘心生哀怜，决心要为这片土地上的百姓寻找一条出路。

她四处探寻，尝试各种方法，希望能改变百姓的困境，但似乎总是事与愿违。就在她心灰意冷之时，一次偶然的机会，她发现了黑石山下的一股清泉，那泉水清澈透明，如同璀璨的宝石在流淌。龙母娘娘轻尝一口，只觉一股清甜涌上心头，疲惫瞬间消散，身体也随之变得轻盈舒畅。她心想，这样甘甜的泉水，定能孕育出非凡的生命。



于是，龙母娘娘向农神祈求，希望他能在泉边播撒下茶树的种子。农神欣然答应，种子在泉水的滋养下，很快生根发芽，茁壮成长。在龙母娘娘的精心呵护下，茶树愈发茂盛。

龙母娘娘教导百姓采摘茶树的叶芽，让他们将这些珍贵的叶芽带到山外换取粮食和盐巴。自那以后，百姓的生活渐渐有了改善。龙母娘娘离去后，那棵茶树的种子落地生根，迅速发芽长大，不久，整个六堡镇的山川都被茶树覆盖，这片茶海不仅改变了百姓的生活，更孕育出了独具风味的六堡茶。

六堡茶是这样制作的

六堡茶有传承数百年的工艺体系，通过“低温杀青保活性，柔性揉捻塑形体，精准渥堆酿陈韵，松烟干燥定茶格”四重精控，将山野灵气转化为杯中的琥珀茶汤。从鲜叶到成品历时月余，诠释着“慢工出陈香”的制茶哲学。

采摘

茶农遵循“开面采”原则，精选一芽三叶、一芽四叶的成熟鲜叶。叶片完整舒展、边缘微卷，采摘时段严格控制在晨露消散后的上午，避免日光直射导致鲜叶失活。采后鲜叶当天即进入初制流程，确保活性物质不流失。

低温杀青

采用双段式控温杀青法。先将铁锅预热至 80℃左右，投入鲜叶后先慢速翻炒 2 分钟，利用余温促进茶多酚适度氧化，随后升温至 140℃快速翻炒，通过扬闷结合的手法消除青草气。全程 5 分钟到 6 分钟的精准控温，既钝化氧化酶又保留部分活性。

柔性揉捻

摊晾后的杀青叶分两次揉捻：先无压揉捻 5 分钟形成基础条索，再加压揉捻 15 分钟促使茶汁渗出，最后松压理条。揉捻力度根据叶质调整，嫩叶轻揉保持芽叶完整，老叶重揉促进物质释放。适度的细胞破损率确保茶汤浓而不涩，冲泡次数可达 15 道以上。

控温渥堆

揉捻后的茶坯按等级处理：嫩度高的先低温焙至半干再渥堆，粗老叶直接堆积发酵。茶堆高度控制在 60 厘米到 90 厘米，通过定时翻堆将温度稳定在 40℃左右。经过 20 小时到 30 小时的微生物作用，茶叶转为褐红色，槟榔香逐渐形成。

松烟干燥

发酵完成的茶叶经复揉紧条后，采用传统七星灶烘焙。初烘阶段用松木明火 70℃快速锁香，足干阶段降至 50℃慢焙 68 小时。松烟渗透与低温干燥的配合，既去除多余水分又赋予茶叶特有的松脂香，成品含水率严格控制在 7% 以下。

六堡茶的冲泡方法

历经渥堆陈化的黑茶，需通过精准的冲泡技法，才能将其窖藏的陈香、槟榔韵与醇厚感层层释放。

备茶具

最好选用保温性能好的高身紫砂壶，以及配套的杯子。紫砂壶能够很好地保留六堡茶的香气，促进茶叶内含物质的浸出，使茶汤更加醇厚。

置茶

取 5 克到 8 克六堡茶叶放入茶具中。投茶量可以根据个人的口味喜好进行适当调整，如果喜欢浓茶，可以稍微多放一些茶叶，如果偏好清淡口味，则可减少投茶量。

洗茶

第一泡用沸水冲泡 3 秒到 5 秒后，迅速倒掉。洗去茶叶表面的灰尘杂质，同时也能起到唤醒茶叶的作用，让茶叶在后续的冲泡中更好地释放出香气和滋味。

品茶

第二泡用沸水泡 7 秒到 10 秒后，将茶汤倒入茶杯中，即可开始品味。此时的茶汤，香气和滋味开始展现。

时间把握

随着冲泡次数的增加，茶叶中的可溶物质逐渐减少，茶味会越来越淡。这时候就需要适当延长泡茶的时间。例如，第三泡可能需要 12 秒到 15 秒，第四泡可能需要 15 秒到 20 秒，以此类推，这样可以保证每一道茶汤都能有较好的口感。

黑茶名品

普洱茶

普洱茶是云南特产，普洱茶的产地有着严格的界定，必须产自云南省内 11 个州市管辖的 639 个乡镇产茶区，茶树品种必须是国家认定的云南大叶种。普洱茶有生普和熟普之分。生普由晒青茶直接加工而成，这种未经发酵的茶叶，保留了较为原始的茶性。熟普则是晒青茶经渥堆人工加速发酵后再加工而成的。熟普的代表产品有沱茶、饼茶、砖茶、特型茶等，这些不同形态的茶叶，不仅方便储存和运输，也成为普洱茶文化的一种独特标志。无论是生普还是熟普，在良好的储存条件下都可自然陈化，并且越陈越香。

叶底	暗红似猪肝
滋味	滋味浓厚，带有回甘
香气	陈香浓郁
汤色	红浓明亮，不同等级的熟茶在汤色深浅上有所差异
色泽	红褐色，表面覆盖有一层类似霜的物质
茶条	粗肥紧实
产地	云南省的西双版纳傣族自治州、普洱市、临沧市、保山市等地

普洱茶的传说趣谈

在普洱茶的产区，流传着许多动人的传说，为普洱茶增添了神秘的色彩。

叭岩冷赠茶之恩

相传，布朗族的茶祖名叫叭岩冷，他是一个极具智慧和勇气的人。在一次偶然的机会中，他发现了一种神奇的植物——茶树，他立刻意识到这种植物的珍贵。不久之后，他凭借自身的才能和魅力，赢得了傣王七公主的芳心，二人喜结连理。然而，这却引来了其他族王的嫉妒和怨恨。他们暗中设计叭岩冷，使他失去了性命。

叭岩冷生命即将走到尽头时，他满怀深情地嘱托族人："金银财宝终有用尽的一天，不如留下茶树。只要你们能尽心培育，这便是永不枯竭的财富之源！"从此，世世代代的布朗族人守护着这些茶树，靠着勤劳的双手，将普洱茶文化不断延续和发扬。

孔明妙手生普洱

相传，三国时期，诸葛亮带领士兵路过云南勐海南糯山。士兵们由于水土不服，纷纷染上了疾病，士气低落，行军也变得十分艰难。诸葛亮见此情景，将手中的手杖插在石头寨的山上，手杖瞬间变成了茶树，并且很快就长出了嫩绿的新叶。诸葛亮随即让士兵们摘取茶叶煮水，士兵们喝了茶之后，疾病竟然奇迹般地痊愈了。

人们为了纪念诸葛亮的这一功绩，便把南糯山称为孔明山。孔明山周围的几座山，也都成为盛产普洱茶的名山。

普洱茶采摘指南

采茶人遵循茶树生长周期，采用差异化的采摘策略：初春时节轻采枝头初展的一芽一叶，盛夏适度采收肥厚的一芽三叶，秋末精选成熟度均匀的"谷花叶"。采摘时手指轻捏芽叶基部向上提采，动作轻柔，避免指甲划伤叶脉影响品质。

每年2月至4月采收的春茶，芽叶细嫩，茶汤清甜柔润；5月至7月的夏茶，叶片肥硕；8月至11月的秋茶，香气高扬，尤其谷花时节采收的原料，最宜制作熟茶。

优质鲜叶需满足"三无"标准：无鱼叶夹杂、无虫斑瑕疵、无机械损伤。叶片轻捏回弹有力，若出现闷酸味则需立即摊薄补救。

采收后的鲜叶需立即进入养护流程。竹编茶篓的网眼结构确保空气流通，防止叶片积压发热。晴天采收的茶叶与带露水的鲜叶需分区摊晾，用竹匾离地架起约三指厚的叶层，在通风阴凉处自然萎凋。春季湿度较高时适当增加摊晾厚度，夏季高温则减薄叶层，通过观察叶缘微卷、叶质变软的状态来判断萎凋完成度。

水問山尋

普洱茶是这样制作的

从杀青到精制，普洱茶在制茶师傅手中完成三次生命改变：第一次终止生长，第二次转化重生，第三次沉淀升华。正是这种遵循“自然转化与人工调控结合”的制作工艺，让普洱茶成为“可以喝的古董”。

杀青

所有鲜叶须在采收后 4 小时内完成杀青，此时叶片含水量处于黄金区间，既能塑形又保留活性酶。杀青采用锅式或滚筒式设备。大叶种鲜叶因含水量高，需均匀快速地失水，以达到杀匀杀透的效果。

揉捻

依据鲜叶的老嫩程度，采用不同力度的揉捻手法。嫩叶轻揉短揉，老叶则重揉长揉，直至芽叶基本成条。

晒干

揉捻后的茶叶被薄摊在清洁的水泥晒场上，借助阳光的力量晒干。至含水量约 10% 时，即为适度。无阳光时采用烘干机烘干。

渥堆

茶叶先洒水至含水量 30% 以上，拌匀后堆成约 1 米厚的茶堆，自然发酵。发酵过程中保持堆温在 60℃到 70℃，需翻拌三四次以控制温度。经过数天到一个半月不等的自然堆积与发酵后，茶叶色泽变褐，滋味变得浓醇。

晾干

渥堆适度的茶叶需扒开晾干，散发水分。在微风的吹拂下，茶叶逐渐褪去湿气，沉淀出更醇厚的味道。

筛分

干燥后的茶叶经过解块、筛分，制成散茶或紧压茶。筛分过程会将茶叶按照品质分级。



普洱茶的冲泡方法

要泡一杯上乘的普洱茶，精髓在于精准掌控几个至关重要的环节。普洱茶的投放量并非固定不变，它受茶叶类型（如生茶、熟茶、散茶或饼茶）、茶具容积和个人口味喜好的影响。一般而言，熟茶口感温和，投茶量可适度增加；生茶口感强烈，投茶量需适度削减。茶水比例的拿捏同样至关重要，通常而言，茶水比例以1：20至1：30为佳，即在150毫升的盖碗或茶壶中，投放5克至7.5克茶叶为宜。

冲泡普洱茶，水温需高，95℃至100℃为佳。泡茶前，需以沸水预热茶具，泡茶后，可在壶身外浇淋开水以保持温度，从而充分激发茶香。水温偏低则难以充分展现普洱茶的香气，口感也会显得单薄。

接下来便是润茶。为了提升茶汤的纯正香气，首次冲泡的沸水需迅速倒出，时间控制在2秒至5秒之间，具体依据茶叶品质而定。香气纯正、无异味的茶叶，润茶时间可稍短；香气不够纯正、有异味的茶叶，润茶时间则可稍长。润茶后的茶汤直接舍弃。最终环节是冲泡，时长与次数取决于茶叶类型、泡茶水温、茶叶用量以及个人饮茶习惯等多重因素。因此，冲泡时长需灵活调整。

黑茶名品

青砖茶

青砖茶以高山茶树鲜叶或陈年老青茶为原料，经传统工艺压制而成。这款承载着时光记忆的茶，曾深深融入西北边疆少数民族的生活日常，更在丝绸之路上演绎着文明交融的传奇。回溯其贸易历程，驼铃悠扬的商队曾驮载着青砖茶跨越山河，从 18 世纪中俄“万里茶道”的黄金时代，到 19 世纪直面印度、锡兰（今斯里兰卡）茶叶的全球竞争，直至中华人民共和国成立后在国家战略扶持下重焕生机，青砖茶产业如同茶砖本身，在岁月中沉淀出愈发醇厚的生命力。

叶底	暗黑粗老
滋味	浓醇可口，回甘悠长
香气	纯正馥郁，清新自然
汤色	红黄过渡自然又分明
色泽	呈现出青褐油润之态
茶条	长方砖形，规整而紧实
产地	湖北省赤壁市、咸宁市



青砖茶的起源

青砖茶源自湖北省咸宁市赤壁市羊楼洞镇，拥有超过两百年的悠久历史，属于黑茶，亦有“川字茶”之美誉。早在六朝之前，鄂南地区便已开始茶叶的栽培与制作。三国时期，东吴的名士与神医曾在这片土地上采摘茶叶，用以制药。到了唐代，鄂南的茶叶成了贡品，其种植范围也扩大了。宋代，鄂南的茶业达到了新的高峰，被压制成饼状的茶叶开始出现。

进入元明时期，鄂南成为湖广行省的重要产茶区域，羊楼洞镇更是成为茶叶的集散地，创新性地推出了帽盒茶的制法。清代，随着贸易的开放，羊楼洞镇的帽盒茶制造业迎来了前所未有的繁荣，山西与广东的茶商纷纷在此设立茶庄，大量红茶出口至欧洲。道光末年，青砖茶在羊楼洞镇及其周边地区应运而生。

步入近现代，青砖茶销量与利润持续增长，引起了外国资本家的广泛关注。至 19 世纪 60 年代，俄商在汉口开设了茶庄，引入了蒸汽机压制砖茶的技术，这一创新进一步推动了青砖茶的蓬勃发展。





青砖茶是这样制作的

砖茶的加工过程相当烦琐，需要经过许多道工序，耗时长达一年。

杀青

杀青是青砖茶制作的关键。采用炒青工艺，将茶叶置于锅中翻炒，温度控制在约 300℃。通过高温翻炒，茶叶中的酶活性被迅速抑制，为后续的揉捻打下基础。杀青后的茶叶色泽变暗，散发出阵阵清香。

揉捻

揉捻是青砖茶制作中塑造茶叶外形的重要步骤。制茶师傅们适度用力，将杀青后的茶叶揉捻，使其流出茶汁，卷曲成条形。揉捻过程中，茶叶的细胞结构被破坏，促进了内含物质的转化，同时也为茶叶塑造了美观的外形。

初晒

经过揉捻的茶叶会被放置在阳光下进行初晒。初晒的目的是降低茶叶的含水量，同时赋予茶叶独特的阳光味道。在阳光下，茶叶逐渐变得柔软，色泽也更加明亮。初晒过程中需要不时地翻动茶叶，以确保其均匀受热。

渥堆

渥堆是青砖茶制作中发酵的关键步骤。将初晒后的茶叶堆成方形小堆，堆温达到 60℃，持续发酵 3 天至 7 天。期间需要翻堆 2 次至 3 次，以确保茶叶发酵均匀。经过渥堆发酵，茶叶的色泽由绿色变为黄褐，香气由青涩变为醇厚，滋味也变得更加浓郁。

陈化

渥堆后的茶叶会进入陈化阶段。在通风、干燥、无异味的环境中，茶叶会陈化半年以上。陈化过程中，茶叶的内含物质继续转化，香气变得更加纯正，滋味也更加醇厚。陈化后的茶叶品质更加稳定。

筛切与风选

陈化后的茶叶会经过筛切和风选处理。筛切是将茶叶按照大小进行分级，去除不符合要求的茶叶碎片；风选则是利用风力将茶叶中的杂质（如茶梗、沙石等）去除，确保茶叶的纯净无瑕。

拼配

拼配是青砖茶制作中确保茶叶品质稳定的关键步骤。专业的审评人员会对筛切、风选后的茶叶进行综合评价，根据评价结果决定不同等级茶叶的拼配比例。



压制成型

拼配好的茶叶会被放入特制的模具中，用蒸汽软化后压制成青砖茶的形状。压制过程中需要确保茶叶分布均匀，压力适中，以形成规整漂亮的形状。冷却定型后，青砖茶就具有了便于储存和运输的外形。

烘干

烘干是青砖茶制作中的最后一步。在35℃至60℃的温度下进行阶段性均衡烘干，确保茶叶的干燥程度符合包装和储存要求。烘干过程中需要严格控制温度和时间，以避免茶叶出现焦糊现象。烘干后的茶叶需要冷却放置1天至2天，使内部水分分布均匀。

青砖茶的冲泡方法

青砖茶方正光滑的外形和粗老的叶片蕴含着丰富的内质。要冲泡出一杯上好的青砖茶，需遵循以下要点。

茶具选择

厚壁紫砂壶能够很好地留存茶叶的香气，使其在冲泡过程中充分释放，而玻璃材质的品茗杯则便于观赏茶汤的红亮色泽，让整个品茶过程更具观赏性。

用水选择

一般选用山泉水、矿泉水、纯净水。



备具

在冲泡前，要准备好所需的茶具，包括紫砂壶、品茗杯、茶荷、茶匙、茶巾和水盂等。同时，按照1∶30的茶水比例准备青砖茶，确保茶汤浓度适中。

温壶

用沸水烫洗紫砂壶能清除壶内的异味，还能提升壶温，使茶叶在冲泡时更容易散发出香气。

冲泡

首先，将适量的青砖茶放入茶壶中。茶叶的投放量会直接影响茶汤的浓度，对于初次尝试冲泡青砖茶的人来说，建议先少量投放，再根据个人口味进行调整。接着，用100℃的沸水冲泡。注水时，要让水流轻柔且均匀地注入壶中，使茶叶在壶中充分翻滚、舒展，这样可以使茶叶中的有效成分充分溶解在水中，从而更好地释放出茶香和滋味。

品鉴

端起品茗杯，先轻嗅其香，感受青砖茶独特的茶香。然后轻抿一口，让茶汤在舌尖上散开，感受其醇厚的滋味。初尝时，可能会感受到茶汤的浓厚与微涩，但随后便是悠长的回甘。

第八章

中国四大茶区

中国茶区分布广泛，根据自然条件、茶树品种和茶类分布等因素，分为江南茶区、江北茶区、西南茶区和华南茶区四大茶区。

江南茶区气候温和湿润，土壤肥沃，是重要的绿茶、红茶、黑茶产区，也产乌龙茶、白茶和花茶。江北茶区气候较为干燥，光照充足，主要生产绿茶、红茶、黑茶等。西南茶区地形复杂，气候多样，茶树品种丰富，生产绿茶、红茶、普洱茶、边销茶等多种茶类。华南茶区气候温暖湿润，主要生产红茶、乌龙茶、白茶、绿茶、黑茶等。这四大茶区的地理环境、人文底蕴各具特色，从江南的烟雨水乡到江北的辽阔山川，从西南的高山云雾到华南的热带风情，犹如四幅精美的画卷，诠释着中国茶文化的博大精深。



西南茶区

茶山绮梦：云南

在中国西南部，有一片茶香与云雾交织的梦幻仙境——云南茶区，包含云南省南部和西部山地丘陵地带的临沧市、保山市、普洱市以及西双版纳傣族自治州等地。这些区域四季如春，温暖湿润，多雨多雾，是中国茶树原产地的中心之一，具有悠久的茶树种植历史。

西双版纳的六大茶山

云南省西双版纳傣族自治州内跃动着独特的热带风情和民族色彩。神秘的原始森林、热带植物园的奇花异草、野象谷的大象、直插云霄的望天树，构筑了充满生命活力的动植物王国。傣族、哈尼族、布朗族等少数民族在这里繁衍生息，形成一道多民族文化风景线。历史悠久的茶山——南糯山、班章山、易武山、景迈山、蛮砖山、革登山等，隐匿在云雾缭绕的群山中有珍稀的普洱茶资源。它们每一座都有独特的韵味与故事，它们不仅是茶的故乡，更是文化与自然的瑰宝。

云南省普洱市景迈山风光



· 保山市自然风光



· 临沧市翁丁原始部落

高山深谷的绿意茶境

云南省保山市在滇西横断山脉的南段，怒江和澜沧江流经此地。这是一座被历史风霜雕琢又被自然绿意拥抱的古城。巍峨的高黎贡山，雄奇的腾冲火山群，具有文化底蕴的和顺古镇，以及依山而生的万亩茶园，展示出充满生命力的壮美画卷。保山市的茶园是云南省海拔最高的茶区，茶叶品种丰富，包括普洱茶、滇红、绿茶、黑茶等。它们共同营造了高山深谷的绿意茶境，让人们在不同的茶香中，感受生命的韵味和岁月的沉淀。

澜沧江畔的茶树基因库

在云南省的澜沧江畔，坐落着四季如春的临沧市。这里居住着彝族、佤族、傣族等 20 多个民族，保留了奇异丰富的文化景观。翁丁原始部落是佤族原始群居村落之一，村子里用茅草、竹木搭建的房屋古朴而原始，与周围的自然环境和谐共生。著名的沧源崖画绘制在高高的山崖上，是先民用手指或羽毛，蘸着红色矿物质颜料画上去的，是我国最古老的崖画之一。临沧市的古茶树种类丰富，有很多是原始物种，这里堪称古茶树基因库。它们或独立成景，或成群而生，一起组成了天然的古茶树博物馆。

醇香里的民族风情

云南省境内聚集了白族、哈尼族、傣族、傈僳族等20多个世居少数民族，千姿百态的茶俗，如同奇异斑斓的风景，展现了不同民族独特的茶文化和生活方式。那茶山、茶树和茶香就是情感和记忆，蕴藏着动人的故事。



· 白族三道茶

白族三道茶

居住在云南省大理白族自治州的苍山洱海间的白族，三道茶是他们的待客风俗。每一道茶，都蕴含着不同的味道和寓意，让人在品味中感受到人生的酸甜苦辣。第一道是苦茶，将茶叶放在烘热的砂罐中反复烤，等到茶叶微黄焦香，用开水冲泡即可。茶汤色如琥珀，香气中带苦涩滋味，犹如人生的艰辛与磨难。第二道是甜茶，在茶汤中放入乳扇、核桃仁、芝麻、红糖等，丝丝甜香溢满味蕾，寓意苦尽甘来。第三道是回味茶，在茶水中加入肉桂末、花椒、生姜、蜂蜜等配料，令人回味无穷，仿佛在回顾自己的人生历程，曾经的苦涩与甘甜，都化作了淡然与宁静。



· 基诺族雕塑

基诺族凉拌茶

云南省西双版纳傣族自治州景洪市的基诺山上生活着基诺族，他们制作的凉拌茶是一道洋溢着自然气息的美食。先将新鲜茶叶揉细搓碎，放入大碗中加油、盐、辣椒、香八角、香茅草、大芫荽、蒜、姜等调料，再根据个人口味放入干巴（一种肉类干制品）、山螃蟹、竹虫、甜笋、酸蚂蚁蛋等，最后倒入山泉水放置15分钟，一份五味俱全的凉拌茶就完成了。茶叶与其他食材的充分融合，释放出食材原始的香气。无论逢年过节、亲朋好友相聚，还是日常生活中的闲暇时光，凉拌茶都是不可或缺的一部分。这一独特、古朴的食茶方式，实际上是古代食茶法的传承，体现了基诺族人对生活的热爱和对自然的敬畏。

· 白族三道茶

纳西族的龙虎斗茶

在云南省玉龙雪山的怀抱里，以及金沙江、澜沧江、雅砻江三江交集的高寒山区，居住着神秘的纳西族。他们用茶和酒调制成一种奇特的茶饮——龙虎斗茶，作为日常生活的保健茶。先用水壶将水烧开，在陶罐中放入普洱茶进行烘烤，茶叶烤到焦香时，倒入开水，煮成浓茶汁。然后将米酒或芭谷酒倒入茶盅内，再注入煮好的茶水。酒遇到茶水发出“啪啪”的清脆声响，好似龙虎正在搏斗厮杀一样。纳西人认为这是吉祥的征兆，响声越大就越欢喜。龙虎斗茶是纳西族待客的重要饮品，热饮能提神解渴，还有治疗感冒、暖身的功效。茶香、酒香交织在一起，构成了纳西族茶文化的醇香。



· 纳西族民众

西南茶区

茶色时光：四川

中国西南腹地的四川省，东部主要是盆地、丘陵，西部多为海拔3000米以上的高原、山地，是最早种茶、饮茶的地区之一。四川茶叶产区分为东部、西部、南部和北部四个区域，每一处都承载着关于茶的历史记忆和文化积淀。

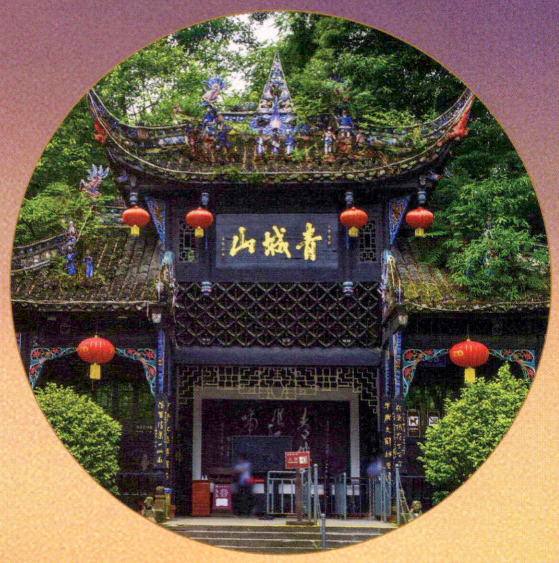
峨眉山上竹叶青

四川省乐山市境内的峨眉山，地处四川盆地的西南边缘，风景幽奇灵秀。蜿蜒的山道两旁，是郁郁葱葱的林木。半山处的山体，被云雾遮掩变得若隐若现。在峨眉金顶眺望，群山绵延不绝，云海姿态万千，人间仙境莫过如此。李白写下“蜀国多仙山，峨眉邈难匹”的诗句，赞美峨眉山不可比拟的壮美风光。除此之外，峨眉山还是中国佛教名山，山上有很多寺庙，比较有名的是报国寺、万年寺、华藏寺等八座寺庙。精美的壁画、雕塑和石刻，以及悠扬的钟声与梵音，都在营造着庄严祥和的氛围。在万年寺、清音阁等地，生长着成片的竹叶青茶，散发着纯粹的山野韵味，书写了峨眉山巅的翠绿诗篇。



青城雪芽映山川

四川省都江堰市的青城山是一座充满山野幽韵与道骨仙风的山。它幽深秀丽，山峰连绵起伏。山间的云雾时隐时现，给青城山披上了神秘的面纱。春季繁花遍野，夏季林木遮日，秋季缤纷绚烂，冬季万树银花，如画的四季演绎了各有千秋的美。青城山还是道教发源地之一，有一些道教文化的遗存。天师洞、圆明宫、老君阁等依山而建，与周围的山景融为一体。这些宫观是人们领略道教文化的绝佳去处。山上有很多繁茂的茶树，采摘后制成著名的青城雪芽，此茶犹如山间的绿色精灵，为人们带来舌尖上的清香。



都江堰市青城山

宜宾红茶醉三江

四川省宜宾市是金沙江、岷江、长江三江汇合的地方。宜宾市东南部的蜀南竹海是一处绝美的天然竹林景区，集竹海、洞穴、瀑布、峡谷、古寺各种景观于一体，堪称自然与人文交织的奇景。另一处的兴文石海，石林、天坑、溶洞等交相呼应，呈现出喀斯特地貌的奇特景观。李庄古镇和横江古镇，再现了宜宾市古老的历史文化风貌。宜宾市的筠连县和高县等地是“川红工夫”的故乡，此茶远销英国、法国、俄罗斯等国，是中国工夫红茶的后起之秀。



宜宾市蜀南竹海风光



四川峨眉山金顶风光

古风遗韵中的蜀地印记

在广袤的川蜀大地，汉族和少数民族的茶俗镌刻着世代赓续的文化印记。那些在茶香中流淌的故事以及闲适自在的饮茶时光，带着质朴的烟火气息，让人沉醉不已。

茶馆里的慢生活

茶馆可以说是成都市的风景线，它们散落在成都的每一个角落，无论繁华闹市，还是幽静小巷，总能找到一两家茶馆。茶馆在成都人的生活中，是不可或缺的内容，在茶馆喝茶俗称“泡茶馆”。在这里，一壶茶便能开启一段慢时光。老人们围坐一桌，下棋打牌，笑声连连；年轻人三五成群，分享生活趣事。茶馆里的评书、川剧变脸，更是充满了浓浓的川味，让茶客们兴味盎然。

茶馆里基本上是盖碗茶，红茶、绿茶、普洱茶、茉莉花茶等一应俱全，主要讲究的是“色、香、味、形”，喝起来整个身心才会舒坦。在茶馆里泡一泡，时间变得缓慢而悠长，人们找到了属于自己的那份悠闲自在。

· 成都市铁像寺水街露天茶馆

过年过节先摆茶

摆茶是宜宾人的一种传统过年习俗，各家各户都会准备一些茶食招待亲朋好友。有的人家用土碗装香茶，端上红苕糖，显得格外亲切；有的人家用细瓷碗盛茶，搭配饴糖，显得更为高雅。只有当宾客们品尝完茶点后，正式的宴席才会开始。宴席结束后，主人还会为客人送上清水，方便他们洗脸洗手，最后再奉上一杯香茶，表达主人的盛情款待。每逢年节，人们围坐在一起，分享彼此的生活，茶点与茶香平添了相聚的温馨与欢愉。



色香味俱佳的彝族烤茶

在彝族的山寨里，有一种茶世代相传，那就是彝族的烤茶。他们将绿茶放入烤热的茶罐内焙烤，当茶叶酥脆略黄时，倒入少量的盐一起烤，然后再灌满热水，在火上煨煮片刻，让茶叶沉淀下去，再倒出过滤好的茶水，放入炒米、核桃粉、芝麻等。按照彝族的规矩，老人烤的茶自己喝，若是客人来了，主人会给每人一个土罐和一个茶盅，让他们亲自动手烤茶，烤好自己享用。这种古老的饮茶方式，体现了别具一格的彝族茶文化，让人感受到来自大山深处的纯朴与美好。



西南茶区

韵悦山城：重庆

重庆的茶，历经几千年的风霜洗礼，植根于山城的文脉深处。在重庆市的巴南区、永川区、江津区、武隆区等地分布着众多茶园，产出永川秀芽、巴南银针、老鹰茶、沱茶等多个品种。它们积淀着自然与人文的历史，跃动着山水间的古香茶韵。

·重庆市奉节县瞿塘峡

香山贡茶白帝寻

重庆市奉节县瞿塘峡口的白帝山上，坐落着著名的白帝城——一座拥有自然美景、历史遗迹和人文景观的古城。李白“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”的诗句，让白帝城家喻户晓。峡口的夔门如同天堑，横亘在长江之上，颇有“一夫当关，万夫莫开”的险峻之势。白帝山顶的白帝庙是供奉三国刘备、诸葛亮、关羽、张飞的殿堂。站在白帝庙前远眺长江，江水滔滔，奔流不息。回望白帝城，依山傍水，气势恢宏。白帝城境内的香山盛产红茶、绿茶和黑茶，唐、宋、清三代都有茶品被选为贡茶。弥漫山野的茶香，蕴含着自然的清新和岁月的沉淀，是山水与历史的完美融合。



·重庆市永川区茶山竹海

茶山与竹海的共生

重庆市永川区箕山山脉的茶山竹海，是一处茶与竹和谐共生的秘境，也是电影《十面埋伏》的取景地。漫山遍野的茶树，整齐地排列着，在雾气的环绕中半掩真容。高耸的竹林遮天蔽日，形成一道天然的屏障。茶的清香和竹的雅韵，共同营造了大自然的奇观，让人流连忘返。双府、仙人洞、天堡寨等历史遗迹，讲述着茶山往昔的故事。在这里，泡上一杯当地产的永川秀芽，看茶叶在水中舒展，听翠竹摇曳的沙沙声，闻茶与竹散发的清香，品一口鲜醇的茶，定然是满心的惬意和欢喜，仿佛投进自然的怀抱，尽享这一刻的宁静与美好。



·重庆市北碚区缙云山

缙云毛峰山中来

缙云山位于重庆市北碚区嘉陵江温塘峡畔，有古老的人文底蕴和生机勃勃的自然景象。山间的小路蜿蜒曲折，两旁是茂密的竹林，松鼠在树梢间跳跃，鸟儿在枝头欢唱，它们与这片山林共同构成了和谐的生态家园。狮子峰和香炉峰都是缙云山的至高处，可以观日出东方，览群山壮阔。佛音绕梁的缙云寺，仿佛是历史的回响。山间众多的碑刻，记录了历代文人墨客的诗文。在山间孕育生长的缙云毛峰，色泽翠绿油润，茶香在舌尖弥漫，丝丝清甜，令人回味。

香茗中升腾的巴渝烟火

源远流长的茶文化浸润着巴渝大地，也流淌在重庆人的生活里。那些古老的茶俗，就像这座城市的性格，热情、豪爽、质朴，寄托着重庆人的爱茶情怀。

重庆人的坝坝茶

在重庆市的街头巷尾，有很多露天茶摊，人们或坐或立，手捧一杯热气腾腾的茶水谈笑风生。这些茶摊就是重庆人所说的“坝坝茶”。在这里，没有高档的茶楼，没有精致的茶具，有的只是简单的竹椅、木桌和滚烫的茶水。然而，正是这份简单与质朴，让坝坝茶成为重庆人生活中不可或缺的一部分。夏日冰镇的坝坝茶，能够驱散炎热，带来一丝清凉；冬日热乎乎的坝坝茶，能温暖人心，驱散寒意。人们喜欢在这里以茶会友，摆龙门阵，虽然它不似茶楼那样豪华，也不像茶馆那么讲究，却有着一种随性而真实的味道。

· 重庆市山城巷坝坝茶



· 茶田里的苗族采茶人

彭水苗家三道茶

在重庆市彭水苗族土家族自治县的苗家山寨，流传着百年历史的苗家三道茶——第一道茶是糖水米泡，用开水冲米泡，加入白糖，口感甜美；第二道茶是老荫茶，用土陶茶罐烤煨出来，香气浓郁，味道醇厚；第三道茶是苗家茶点，种类丰富，与茶水一起享用。苗家人用三道茶表达对客人的欢迎与尊重，每一杯茶都蕴含着苗家人的热情与智慧，每一缕茶香都飘散着山城的韵味。



· 土家油茶汤

酉阳土家族油茶汤

在重庆市酉阳土家族苗族自治县的村寨里有一种油茶汤，是土家族的特色美食。他们精选上等茶叶，经过炒制和熬煮后，倒入阴米子、花生米、干豆、芝麻等炸过的泡货中。它不仅是土家族人的日常餐食，每当有客人来访，土家族人都会端上一碗热腾腾的油茶汤，用这种方式来表达他们的欢迎与尊重，客人们在品尝美食的同时，也感受到与众不同的土家族风情。

贵州省安顺市黄果树瀑布

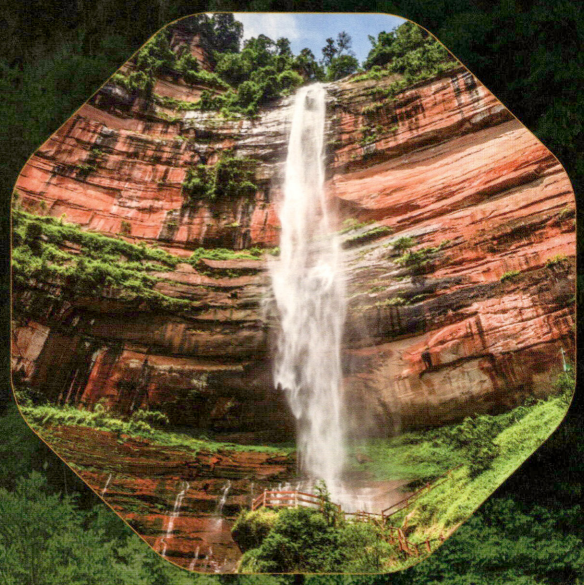
西南茶区

黔茶之旅：贵州

贵州省境内分布着众多原生态茶区，具有低纬度、高海拔和日照时间少的特点，盛产都匀毛尖、梵净山翠峰茶、遵义红茶、贵定云雾贡茶、黄果树毛峰等名茶，被誉为云贵高原上的茶之故乡。

黔山秀水间的遵义红茶

贵州省北部有一座自然与人文齐名的古城——遵义市。庄严肃穆的遵义会议会址，见证了中国革命的光辉历程。令人惊艳的赤水丹霞，银色瀑布从红色丹霞悬崖上倾泻而下。茅台镇的茅台酒沉淀着岁月的味道，享誉全世界。异域风情的海龙屯土司遗址，古老的城墙、神秘的宫殿，构筑了一个神秘世界。遵义市的湄潭县、凤冈县、余庆县等地盛产红茶，红艳明亮的茶汤散发着黔山秀水的清新与芬芳。



·遵义市赤水丹霞旅游区

梵净山翠峰茶的悠悠禅意

贵州省铜仁市的梵净山是有着几千年历史文化的名山。奇峰异石层出不穷，清泉飞瀑雄奇壮观，山间云雾如轻纱覆盖在葱郁的林木之上。蘑菇石、万卷书、老金顶、九皇洞等携带着各自的故事，呈现在人们面前。红云金顶上的释迦佛与弥勒佛并肩而立，昭示着神秘庄严。承恩寺、护国禅寺，以及其他50多座寺庙，或隐于密林深处，或立于峭壁之巅。梵净山西边的茶园最早由寺僧种植，后来人们研制出梵净山翠峰茶，浸润着梵净山的悠悠禅意，飘散醉人的茶香。



·铜仁市梵净山

黄果树的山野茶香

贵州省安顺市充满了自然的神奇和民族文化的气息。镇宁布依族苗族自治县境内的黄果树瀑布是中国最大的瀑布，磅礴的气势令人震撼不已。在青山和蓝天的映衬下，它如同银色的巨龙，自陡峭的山崖奔腾而下，撞击在犀牛潭上，发出雷鸣般的轰响。安顺市西秀区旧州镇老落坡是黄果树毛峰的产地，它们生长在山间峡谷之中，有最原生态的绿色品质。轻啜一口，茶汤在舌尖舞动，鲜醇的滋味弥漫开来，让人陶醉其中。

时光流转的多彩茶俗

贵州省是多民族汇集的地区，不同民族的茶文化点缀着人们的生活。这里的茶礼茶俗自成体系，土家族、仡佬族、侗族等少数民族的茶俗别具一格。在这里，茶与生活紧密相连，茶俗与民族文化相互交融，共同描摹了贵州茶文化的多彩风景。

黔南的三茶六礼

贵州省黔南布依族苗族自治州生活着布依族和苗族——流行“三茶六礼”的婚俗。“三茶”即订婚时的下茶、结婚时的定茶和入洞房时的合茶。下茶是男女双方订婚时，男方以茶作为聘礼之一，也就是订婚的信物。定茶是结婚时男方会再次送茶到女方家，配以红枣、桂圆、花生、莲子，表达对新婚夫妇早生贵子的美好祝愿。合茶是洞房之夜，夫妻双方共同饮一杯茶，寓意未来一起生活，同甘共苦。“六礼”包括纳彩、问名、纳吉、纳征、请期、亲迎。在这个地区，茶在婚俗中扮演着重要角色，不仅是婚礼的一部分，还承载着人们对新生活的美好祝愿和对婚姻的尊重。



·布依族古寨



布依族的姑娘茶

清明节前，布依族的未婚姑娘都会上山采摘嫩尖叶茶，杀青后，叠整成圆锥体晒干，最后制成一两到二两的“姑娘茶”。这种茶的形状规整优美，犹如玲珑宝塔，是茶中的上品，也是非卖品。在谈恋爱或订亲时，姑娘会把姑娘茶作为定情信物送给爱人，代表爱情的约定和承诺。年节时也可以作为礼品赠送给亲朋好友。它承载着布依族姑娘的智慧、勤劳和对爱情的美好向往，是布依族茶文化中的绝妙风景。

仡佬族的三幺台

贵州省遵义市道真仡佬族苗族自治县的仡佬族，自古以来就有摆“三幺台”的习俗，即一次宴席有茶席、酒席、饭席三个环节。第一台的茶席，是欢迎客人到来的一种仪式。一般设在村寨宽敞古朴的木屋里，桌上摆放着米花糖、粽子、红苕果、洋芋片等各式各样的茶点。主人端上香喷喷的油茶，与客人围坐一堂，品茶聊天。这油茶是用当地的老鹰茶、苦丁茶等主料，经过煎炒和煨煮而成，具有提神醒脑、保健的功效。茶席上欢乐祥和的气氛，让人感受到家的温暖和仡佬族人的热情。接下来的酒席和饭席也极为丰盛，是名副其实的仡山大宴。

黔东南苗族侗族自治州雷山县西江千户苗寨

西南茶区

雪域高原：西藏

西藏自治区的茶叶种植主要集中在雅鲁藏布江中下游的林芝地区。林芝市的波密县、墨脱县和察隅县是珠峰圣茶、林芝春绿、雪域藏茶等茶叶的产地。这片土地上的茶树，吮吸着雪山的甘露，沐浴着高原的阳光，孕育出独有的高原茶香。

冰川之乡的雪域茶谷

西藏自治区林芝市波密县易贡乡是一处被雪山和幽湖环抱的秘境。碧波荡漾的易贡湖，倒映着四周的雪山与森林，仿佛是天地间的一方净土。万年不化的易贡冰川气势磅礴，显示出大自然最原始的伟力。每到春天，易贡会变成花的海洋。桃花、梨花、高山杜鹃竞相绽放，色彩斑斓，美不胜收。被称作“雪域茶谷”的易贡茶场建于1960年，是世界上海拔最高的茶园。茶园依山傍水，茶树在高原的阳光下茁壮成长。无论是易贡红茶，还是林芝绿茶，都伴着纤尘未染的茶香，带来悠长的回味。

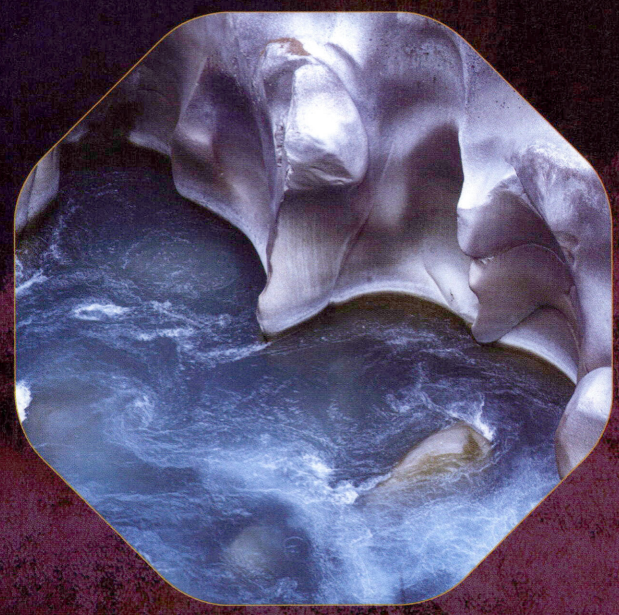
· 波密县桃花盛开时的美景



·墨脱县雅鲁藏布江风光

莲花秘境中的墨脱茶

西藏自治区林芝市有一个被称为“莲花秘境”的地方——墨脱县。连绵起伏的山峦像是大地的脊梁，山间游弋的云雾如梦如幻。果果塘大拐弯波澜壮阔，雅鲁藏布江的江水在峡谷间奔腾不息。背崩瀑布好似白色的绸带，从山间倾泻而下。古老的仁青崩寺，静静地坐落在山间，透出庄严而神圣的气息。在墨脱县墨脱镇、德兴乡、背崩乡等地，散落着一些有机茶园，出产墨脱红茶、绿茶和白茶，嫩绿的茶芽在阳光下生长。墨脱茶就像一张绿色名片，吸引着越来越多的茶客前来探访、品味。



·察隅县千年水磨岩

珠峰圣茶的摇篮

西藏自治区林芝市察隅县是一处远离都市喧嚣的隐秘桃源。这里森林茂密，河水潺潺，空气中弥漫着泥土与花草的清新香气。县城西部的千年水磨岩是一条 800 米长的峡谷，经过河水千年的冲刷，形成了独特而神秘的纹理。翡翠般的河水在峡谷中奔流，奇形怪状的岩石像镜面一样光滑。它们宛如一幅幅自然的水墨画，见证着时光的流转与变迁。察隅农场与易贡茶场合作的茶叶加工厂里出产绿茶、红茶和白茶，其中，珠峰圣茶最为著名，它不仅承载着原生态的高原韵味，更是这片土地上的翠绿瑰宝。

奇异的藏地茶俗

茶在西藏人的生活中无处不在，从清晨到夜晚，茶香始终萦绕在空气中。他们通过制茶、熬茶、饮茶，温暖、滋养了身心，也让这个过程充满了仪式感。那些雪域高原特有的茶俗，其实代表了当地人生活的态度，也是当地人文化的传承和心灵的慰藉。

酥油茶待客

藏族人用酥油茶待客是流传千年的习俗。酥油茶是由砖茶熬煮成浓茶汤，再加入酥油、食盐、花生仁、核桃仁、芝麻等反复抽打而成。当远方的客人到来，主人会亲自摇动手中的酥油茶壶为客人倒茶。喝酥油茶也是有讲究的，客人不能马上喝尽，需等主人再次提起酥油茶壶时，客人再双手端起茶碗，吹开浮油喝至一半，等主人续添，一般要来回喝三碗。客人告辞时，主人会再次为他们添满酥油茶，表示对他们的不舍和祝福。客人一定要喝，但要留点漂着油花的茶底，寓意着“留有余香”，希望这份情谊能够延续，如同那醇厚的茶香久久不散。

· 藏式酥油茶馆



藏族人的扬茶婚俗

在藏族人的婚礼中，奶茶承担着重要角色，是敬给嘉宾的必备饮品之一，叫作“喜茶”。婚礼之前，婆家人用上好的砖茶和新鲜的牦牛奶，熬一大锅香喷喷的奶茶。婚礼当天，新娘被接到男方家后，第一件事就是进灶房，新郎掀起锅盖，新娘盛几勺奶茶扬三下，代表新娘已成为婆家的掌勺人。接着，新娘恭敬地为公婆斟满奶茶，两位老人唱起“扬茶歌”。随后，新娘将五个盛满奶茶的银碗供奉在佛前，表示对佛的虔诚。在婚礼宴席上，新娘向客人敬茶唱歌，新婚夫妇向媒人献奶茶，表达对媒人的感激之情。婚礼结束后，还要唱一首送宾曲，感谢嘉宾的参与与祝福。



藏族人以茶待客的规矩

藏族是个讲究礼仪的民族，特别是在以茶待客这件事上，有很多约定俗成的规矩。比如，当客人到家里拜访时，主人要拿出家里最好的茶碗向客人敬茶，忌讳用有裂纹的碗，认为这样会破坏好运气。敬茶时要双手端给客人，不能将手指放在碗口上，那是对客人的不敬。喝茶时要盘腿端坐，不能发出声响。还有重要的一点，就是茶碗不能扣着放，因为藏族人去世以后茶碗才会这样放。客人喝茶时不能拿来就喝，先要用无名指蘸一点茶，向空中弹三下，表示已敬过佛、法、僧三宝。客人的茶碗不能空或者是半碗茶，主人会随时斟满。这些茶俗承载着他们的信仰和情感，也蕴含了对美好生活的祈愿和祝福。

华南茶区

岭南茶境：广东

广东省常年温暖湿润，是茶叶的主产地。潮州市、江门市、茂名市、肇庆市以及英德市，盛产红茶、绿茶、乌龙茶，是凤凰单丛、英德红茶等名茶的出产地。它们在山间湖畔扎根成长，携带着岁月的悠长与醇厚，书写了岭南茶的曼妙时光。

潮汕——乌龙茶之乡

广东省潮州市是一座既养眼又养心的古城。横跨韩江的广济桥是宋代修建的中国四大名桥之一，堪称中国桥梁建筑史上的瑰宝。桥下江水悠悠流淌，江面上偶尔有几艘渔舟驶过。远处城市的轮廓若隐若现，与广济桥构成了和谐宁静的画面。每当夜幕降临，桥上灯光璀璨，与波光粼粼的江面相映成趣。潮安区凤凰镇的凤凰山上古木参天，翠竹摇曳，仿佛是一片远离尘嚣的净土。山涧溪流潺潺，清澈见底，山间云雾时聚时散，给凤凰山增添了几分神秘与朦胧之美。山上种植着乌龙茶凤凰单丛，历史久远，品质卓越，是潮汕工夫茶的主打品种，在中国香港、中国澳门以及泰国、新加坡等地享有盛名。

· 潮州市广济桥



享誉海内外的英德红茶

广东省英德市的很多地方都是壮观的喀斯特地貌，比如，南郊的宝晶宫是经过两亿多年的地壳变化而形成的大溶洞，洞内巨大的钟乳石像守护神般矗立，形态各异的石笋与石幔相互交错。英德市石横镇的积庆里红茶谷，茶山、湖泊、花海、古村落、英石林等相互映衬，美不胜收。这里的茶树郁郁葱葱，新芽嫩绿欲滴，空气中弥漫着淡淡的茶香。这里是英德红茶的原产地，加工制作成的红茶，茶色像琥珀一样，味道醇厚悠长，深受英国、美国、加拿大等欧美国家的欢迎。



· 积庆里红茶谷

清凉山茶映梅州

广东省梅州市山水秀美，文化底蕴深厚。庄严的梅州千佛塔屹立在学子大道旁，像静默的守望者，见证了这座城市的历史变迁和人文发展。塔身雕刻着千姿百态的佛像，每一尊都栩栩如生。登上塔顶极目远眺，远处的山峦连绵起伏，梅州城区的繁华景象尽收眼底。梅江区西阳镇的清凉山是一处让人心生清凉之地，山间的溪水潺潺流过，水声与风声交织在一起，谱成了一首悠扬的乐章。山上种植的清凉山茶，明末清初就颇有名气，现在依然是广东地区的绿茶翘楚，深受当地人的喜爱。



· 梅州市清凉山茶田

烟火熏染的粤地茶事

清晨，广东人是被早茶的香味叫醒的。人声鼎沸的茶楼，大街小巷飘出的茶香，是当地人惬意的早茶时光。在潮汕地区和客家人聚居地，工夫茶、擂茶则是另一番模样。茶对于他们而言，是从容、精致、温情的生活态度，诠释着对生活的热爱与追求。

广东人的早茶

早茶是广东人的最爱，他们将饮早茶称为“叹早茶”，“叹”在广东话里是“享受”的意思。有首粤语歌曲唱道：“朝朝早，饮早茶，一盅两件叹番吓。”这里的“一盅”就是一杯茶，“两件”是两笼点心。早茶点心的种类繁多，肠粉、叉烧包、虾饺、马蹄糕、艇仔粥等，无所不有。每天清晨的茶楼里，热气腾腾的茶水在壶中翻滚，蒸腾出生活的烟火气。人们喝着香茗，品着茶点，与家人、友人悠闲地聊天。这惬意的早茶时光，让人们在忙碌的生活中停下脚步，慢慢感受生活的美好。



潮汕工夫茶

广东省潮州市、汕头市、揭阳市等地流行喝工夫茶。街头巷尾总能看到人们围坐桌前，一壶热茶、几只小杯，构成了温馨、惬意的饮茶场景。潮汕工夫茶讲究精细的泡茶技艺，包括茶具、水质、火候和泡茶手法。一般选用凤凰单丛乌龙茶，有时也会配些普洱茶、绿茶、红茶等来调节口感和香气。冲泡工夫茶，离不开一套精致的茶具。紫砂壶、小瓷杯、茶盘、茶匙等，显得玲珑而又考究。冲泡的过程像一场仪式，提壶、注水、刮沫、出汤、分杯，每一步都讲究技巧与耐心。茶汤入口，浓郁的回甘弥散在唇齿之间，人们找到了岁月静好，也感受到来自心底的平和与满足。



揭盖添茶水

广东地区的茶楼流传着揭盖添茶水的习俗，即在茶楼喝茶，客人需要添水时，无需大声呼唤服务员或举手示意，只要轻轻将茶壶盖揭开，放在旁边，服务员见了就会自动过来斟茶续水。据传清代一个阔少到茶楼喝茶，将一只名贵的小鸟放在茶壶中，伙计揭盖添水的时候，鸟飞出了茶壶，阔少不依不饶要求赔偿，最后告到官府，茶楼伙计赔了很多银两。于是，茶楼为了避免这种事情再发生，都会要求客人主动揭盖，久而久之形成了这一特有习俗。

华南茶区

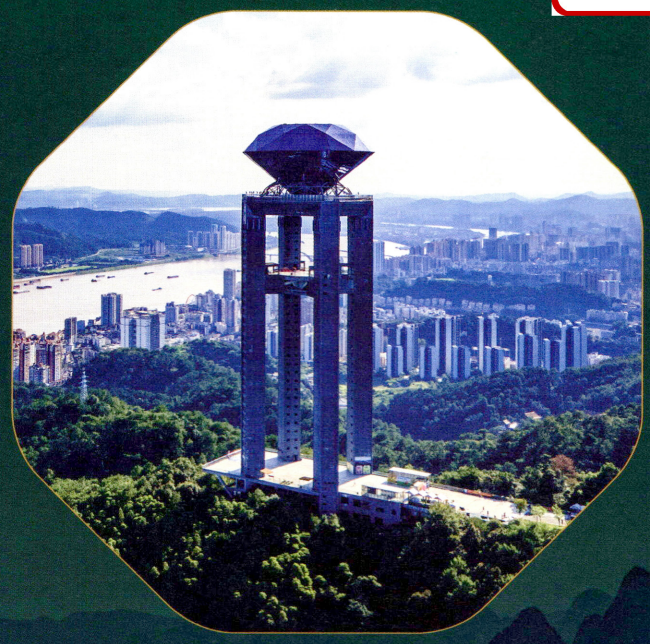
茶浸山川：广西

广西壮族自治区的山水间种植着不同品种的茶树，与奇峰雾霭相映成趣。梧州市六堡茶、桂林市桂林毛尖、百色市凌云白毫、贺州市昭平红茶等，都是名茶。

·广西壮族自治区桂林市阳朔县相公山

桂林山水滋养下的桂林毛尖

广西壮族自治区桂林市凭借“山水甲天下”的美誉，吸引着无数游客来此观光。清澈见底的漓江环绕着座座青山，在天地间缓缓铺展。两岸的山峰或挺拔峻峭，如剑指苍穹，或温婉柔美，似轻纱曼舞。山峰在云雾中若隐若现，宛如流动的水墨画。桂林市东郊的尧山，屹立于城市的边缘，像巍峨挺拔的巨人，守护着这片美丽的土地。相传这里曾是尧帝巡游之地，曾修建过尧帝庙，现在已荡然无存。山上生长着大片的桂林毛尖，每当春日来临，茶树便吐露新芽，等着茶农去采摘。那一排排的茶树，仿佛自然写下的翠绿诗行，吟咏着茶山的诗意与芬芳。



·梧州市白云山

六堡河畔六堡茶

广西壮族自治区的梧州市，号称广西东大门。群峰连绵的白云山矗立在梧州城畔，郁郁葱葱的树木和蜿蜒曲折的小径为这片山林增添了几分神秘与幽静。山巅之上，有一座巍峨的宝塔，塔身高耸入云，气势恢宏。苍梧县六堡镇的六堡河穿过峡谷与平原，滋养着两岸的百姓，也将六堡茶运往远方。六堡茶是生长在六堡河畔山间的黑茶，长年远销国内外，在东南亚有很高的美誉度。



·百色市凌云县浩坤湖

茶树葱茏的山上水乡

广西壮族自治区百色市是右江河畔的古城。河水悠悠，波光粼粼，像碧绿的绸带环绕着整个城区。百色市的凌云县是一个群山环抱、河流交错的山上水乡。浩坤湖像一面巨大的镜子，将四周的山峦、树木、云彩倒映其中。山势陡峭的青龙山形如青龙腾空，气势磅礴。山道两旁的古木遮天蔽日，只留下缕缕斑驳的光影。山中的古庙、石刻、碑林，彰显着深厚的历史积淀，像沉默的老者，静静讲述着青龙山过往的辉煌与沧桑。山上产的凌云白毫，多为野生的白毛茶，经过采摘加工以后，成为杯中的佳茗，溢满了大自然的韵味。

一缕茶香，千载习俗

广西地区异彩纷呈的茶俗，处处可见民族文化的印记。壮族的采茶歌、采茶戏，瑶族的打油茶，侗族的茶礼，以及汉族以茶祭祖的仪式，都折射出广西地区茶文化的多元交融。

邕宁壮族采茶戏

广西壮族自治区南宁市邕宁区那楼镇那良村那蒙坡的采茶戏，至今已有几百年的历史了。它受到桂林民歌的影响，广泛吸收了各地民间小曲的精华，用桂林方言、广东方言、壮族语言进行表演，通过采茶、制茶、卖茶等舞蹈动作和故事情节，表现茶家的日常生活。每逢春节、端午节、中秋节等节假日，采茶戏的表演队伍都要到各个乡镇演出，在板锣、战鼓、苏锣、唢呐、箫、笛等乐器的伴奏下，男女演员挥舞着彩带、钱鞭、花扇和手绢等道具载歌载舞。他们表演的剧目主要有开台茶、花茶、观音坐莲、打钱鞭、买茶、梳妆、收台等，故事生动，曲调悠扬，语言诙谐，充满欢乐气氛。



春节焗茶拜茶神

广西壮族自治区梧州市苍梧县六堡镇一直流传着过年焗茶拜茶神的习俗。这里的焗茶是“烹茶”的意思。每年除夕到初一来临的那一刻，家家户户便在鞭炮声中到河里抢“禾花水”，只能打两小半桶，不能盛满。回到家，拿出去年最好的茶叶，先用“禾花水”冲洗一下，再生火用“禾花水”煮茶。随后，人们会在干净的供案上，摆上水果和茶等祭祀用品，家中主人上头炷香，敬上香茶，祈望茶神赐福，保佑他们种茶大丰收。



三江侗族油茶礼仪

广西壮族自治区柳州市三江侗族自治县生活着二十多万侗族人。打油茶是他们的日常饮品，也由此衍生出很多风俗礼仪。他们吃油茶的时候，要将第一碗油茶端给长者，然后再给其他人端。人们接了油茶也不能直接喝，直到每个人都有了，才能一起享用。另外，宴请亲朋好友的油茶会比往常更加丰盛，一共四道，即“一空、二圆、三方、四甜”。一空是有米花、油果、花生米、猪肝、瘦肉、粉肠等主料的油茶；二圆是在前述几种之外，加上特制的小汤圆；三方是加入方块形状的油煎糍粑；四甜是油茶过后，端一杯糖水给客人润润喉。这些有趣的习俗带着吉祥的寓意，寄托着侗族人对美好生活的向往和追求。

华南茶区

千年茶脉：福建

福建省是一个产茶的王国，是中国乌龙茶和白茶的故乡，大红袍、铁观音、福鼎白茶都是两个茶类中的顶尖代表，它们与山水相依，与人文相融，成为福建省独特的地域符号。

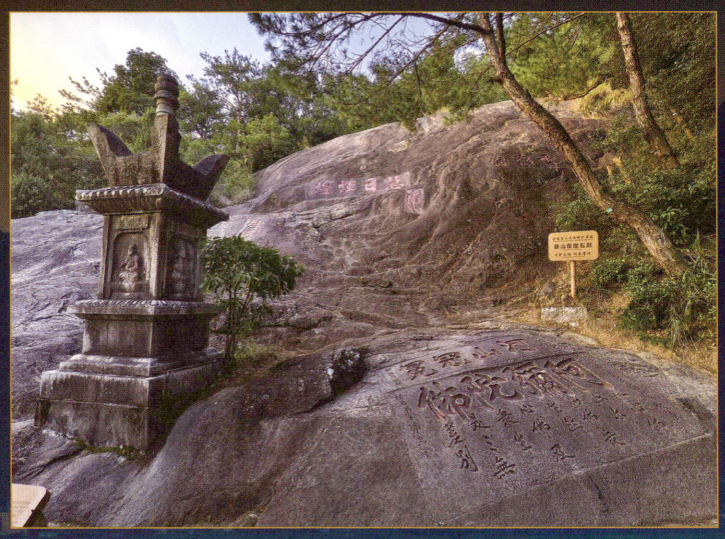
一抹翠绿映霞浦

福建省宁德市霞浦县堪称摄影家的天堂。北岐滩涂如梦如幻，每当夕阳西下，金色的阳光洒在滩涂上，与波光粼粼的海面相映成趣。渔民们忙碌的身影与这美丽的景色融为一体，成为摄影家镜头里的绝美画面。霞浦县的洞凤山，森林繁茂，云雾弥漫，茶树众多。山脉东麓崇儒乡后溪岭村是福宁元宵绿的产地，这是一种拥有卓越品质的绿茶，由最早发芽的春分茶加工而成，元宵节前就可以采摘，经常被当作新茶为元宵佳节献礼。

· 霞浦县滩涂风光

晋安花茶传美誉

福建省福州市晋安区是一个山水、寺庙、茶园汇聚的区域。云雾缭绕的鼓山是福州市的象征，千姿百态的山峰、峡谷、岩洞等形成蟠桃林、刘海钓蟾、玉笋峰等自然景观。山腰上的涌泉寺是建于唐代的千年古寺，透露着历史沧桑与岁月静好。登上鼓山之巅俯瞰，福州市区一片繁华景象，闽江在城市的边缘缓缓流淌。晋安区宦溪镇等地是茉莉花茶的核心产区。晋安茉莉花茶是清代创制的名茶，有很高的市场美誉度。



· 福州市鼓山摩崖石刻

福鼎白茶越山海

福建省宁德市福鼎市是山海间的诗意栖居地。东南海域的大嵛山岛有着独特的海蚀地貌，被海水侵蚀的峭崖和洞穴像姿态万千的天然雕塑，苍劲壮美。巍峨挺拔的太姥山是著名的“海上仙都”。那些岩石经过千万年的风吹雨打，呈现出奇峰怪石的景象。摩崖石刻、古刹庙宇，记录着久远的历史。溪流流过，为这座寂静的山林增添了生机与活力。太姥山周边的点头镇、磻溪镇、太姥山镇、管阳镇和白琳镇等是福鼎白茶的核心产区。福鼎白茶有白毫银针、白牡丹等品种，属于白茶之冠，畅销海内外。



· 宁德市太姥山九鲤湖

闽地茶俗的千年对话

福建省的茶俗是这片土地的文化符号。无论是武夷山一带的乡土茶俗，还是闽南地区的工夫茶，以及传承千年的儒、释、道三教茶俗等，都承载着历史的厚度，传递着文化的温度，书写了古今交汇的美妙篇章。

惊蛰喊山祭祀茶

福建省武夷山市的喊山祭茶，是一种古老而神秘的传统民俗活动。每年惊蛰的时候，茶农们聚集在茶园的最高处举行喊山祭茶仪式。先要奉上供果，再点燃清香、敬上岩茶，然后诵读祭文进行祈祷，最后主祭人高声领喊“茶发芽啰”，在场的众人随着共喊三声，浑厚而有力的声音汇成强大的洪流，在山谷间回荡。这呼喊是对春天的迎接，对茶树的呼唤，更是对丰收的期盼，承载着茶农们对自然的敬畏与感激，也传递着他们对生活的热爱。

· 武夷山采茶人



· 传统中式茶点

妇女摆茶俗

福建省武夷山市吴屯乡红园村等地，有一种代代相传的妇女摆茶习俗，具有浓厚的地方特色。旧时，武夷山的男人们整天忙于田间劳作和山林生计，妇女们在操持家务之余，经常相互串门、闲话家常，配上茶水和茶点，逐渐形成了独特的社交习俗。摆茶俗是妇女的专属操作，她们所用茶叶是当地高山种植的绿茶，称为“茶娘”。茶点基本是野果、甜槠、豆渣饼、地瓜干、南瓜子等。摆茶俗这种形式不仅是女人之间联络情感的社交活动，还可以以茶为媒，化解各种矛盾和纠纷，杯茶之间体现了她们的质朴、聪慧与温情。



· 工夫茶表演

闽南工夫茶

闽南地区一直盛行工夫茶，每天清晨时分，家家户户便开始了工夫茶时光。他们偏爱铁观音、大红袍等乌龙名茶，认为它们是工夫茶的灵魂。在经过温杯、注水、洗茶、泡茶、斟茶等多个环节后，杯中的茶汤释放出淡淡的清香，整个过程动作优雅，节奏舒缓，充满了仪式感。他们所用的器具有茶壶、茶杯、茶船、茶盘等。其中，茶壶多为紫砂壶，茶杯则以白瓷为主，精致美观又实用，体现了闽南人对生活品质的追求。同时，工夫茶也是一种社交媒介，一壶好茶，几碟小吃，就能拉近人与人之间的距离。

华南茶区

椰风海韵：海南

在海南省的热带雨林中，隐匿着一片片清幽的茶园，这是中国最南端的茶区。五指山市的红茶、绿茶、乌龙茶，白沙黎族自治县的绿茶，万宁市的鹧鸪茶等，在海岛雨露的滋润中茁壮成长，迎着海风飘散茶的馨香。

五指山的茶摇篮

在海南省的腹地，有一座巍峨挺拔的山脉，宛如巨人的五指直指苍穹，这就是五指山。这里参天大树遮天蔽日，藤蔓缠绕成天然的绿色屏障。这里的热带森林里有众多动植物，共同构成了复杂精妙的生态系统。五指山尖峰岭一带是五指山红茶的原乡，五指山霸王岭和吊罗山等地是兰贵人茶的摇篮，五指山市水满乡以水满茶而出名，保亭黎族苗族自治县的绿茶知名度也很高。无论哪个品种的茶树，经过五指山的滋养和岁月的沉淀，都开始从原始质朴走向醇厚馨香。

· 五指山

陨石坑边的白沙绿茶

海南省白沙黎族自治县是一处自然风光和黎族风情交汇的祥和之地。牙叉镇白沙农场境内的白沙陨石坑堪称大自然的杰作。在四周山峦的环抱中，陨石坑镶嵌在这片绿意之间。坑内绿草如茵，野花点缀，与周围的山林形成鲜明对比，呈现雄浑神秘的景象。陨石坑内壁上的岩石纹理记录着岁月流逝的痕迹，坑底的土壤孕育着独特的植被，白沙绿茶就在这特殊的环境中顽强生长，包括海南大叶种、云南大叶种等品种，是海南省绿茶中的佼佼者。



· 白沙陨石坑

一壶清韵鹧鸪茶

海南省万宁市是依山傍海之城，从日月湾的壮阔海景，到东山岭的秀美山色，每一处都让人流连忘返。东山岭自古以来是文人墨客吟诗作赋之地，留下了众多摩崖石刻。这些石刻如同时间的印记，静静诉说着东山岭的过往。登上山顶极目远眺，群山壮阔，山水如画，远处的海浪轻拍着海岸线，与山间的宁静形成鲜明对比。东山岭一带的大片古茶园，隐藏在茂密的原始森林里，是野生茶树的生长乐园。采摘后制成的鹧鸪茶，带着古老的山林气息走进了千家万户，成为人们味蕾上的美妙享受。



· 万宁市日月湾

椰岛雨林中的茶俗

海南地区的茶俗是热带岛屿上的别致风景，融合了自然之美、人文之韵和生活之趣。无论是街头热闹的老爸茶，还是黎族丰富的茶事活动，都是海南茶文化的缩影，体现出海南人的生活观念和文化传承。

黎族五月茶

黎族五月茶是海南黎族的一种特色茶饮，蕴含了黎族人的养生智慧。农历五月初五这一天，黎族家家户户都会上山采摘鹧鸪茶，配上益智果、茅草根、金银花、红营椰子根等中草药，将它们全部切碎，倒入少量米酒炒香，放在太阳光不强的地方晒干，然后密封保存起来，喝的时候用开水冲泡即可。这种茶有清热解毒、消暑解渴等多种功效。如果当作药饮，要用土罐煮沸，倒出半罐口服，剩下的用来熏蒸，患者全身出汗，会感觉轻松了很多。五月茶也是黎族人招待客人、表达友情和敬意的方式，是节日庆典中必备的饮品之一。



黎族封茶仪式

黎族封茶仪式是具有传统民族特色的茶事活动，一般在节日庆典的时候举行。在茶园的空地摆放木桌，桌上放着各式各样的茶具与祭祀用品。随着一声悠长的号角声，封茶仪式正式开始。奥雅（黎族的长者）手捧茶叶，口中吟唱着祈福词，将茶叶洒在四周，以示对天地神灵的敬畏与感恩。随后，奥雅将茶叶倒入早已备好的茶具中，用开水缓缓冲泡，当第一壶茶泡好后，奥雅先向天地敬茶，再向在场的每一个人敬茶，随后将剩下的干茶茶叶倒入特制的封茶罐中，用红绸布紧紧封口，再用泥土糊住罐口，确保茶叶长久保存。这种古老的仪式，体现了黎族人对民族文化的传承与坚守，以及对美好生活的祈盼。



· 海南槟榔谷黎苗文化旅游区

海南老爸茶

海南省的城市乡镇中有一种散发着生活的气息的茶，那就是“老爸茶”。

每个清晨，街道两旁的老爸茶店都座无虚席。木质的桌椅，斑驳的墙壁，冒着热气的茶壶，构成了一幅鲜活的市井图。茶客们三三两两围坐在一起，点上一壶茶，配上几样茶点，开始了愉快的早茶生活。他们喝绿茶、红茶或鹧鸪茶，每一种茶都能品出不同的韵味。茶桌上的茶点五花八门，椰蓉包、叉烧包、虾饺皇，还有各种清蒸小点。茶客们一边喝茶聊天，一边品尝着点心，那满足的心情溢于言表。



华南茶区

岁月沉香：台湾

台湾地区的茶区遍布全岛，东部、南部、北部、中部，以及海拔千米以上的高山地区，都是茶叶生长的天地。台北市的文山包种茶、日月潭的红茶、新北市的绿茶等，吸纳着山海日月的精华，铺设了翠绿醇香的美丽风景。

·日月潭

包种茶香溢文山

台北市文山区是一处位于繁华都市边缘的静谧之地，三面环山，四季美景各有不同。景美溪绕过文山区的西侧，东边的山坡地带分布着很多茶园，是文山包种茶的发源地。这里四季如春，雨水充沛，阳光温和。每一片茶叶都沐浴在清新的山风与云雾中，孕育出独特的香气与韵味。在著名的猫空茶园，人们可以乘坐缆车，从高空俯瞰茶园的全貌。在这里也可以找一家安静的茶馆，品一杯文山包种茶，看窗外云卷云舒，感受那份久违的宁静与美好。



·台北市文山区周边山林

日月潭的红茶岁月

南投县的日月潭是台湾最大的淡水湖。拉鲁岛将湖面分为南北两部分，北半湖如圆日初升，南半湖似新月当空，日月潭因此得名。日月潭湖面如镜，映照着蓝天白云和起伏的山峦。静静伫立的玄光寺、文武庙，氤氲着中国传统文化的气息。登上青龙山顶的慈恩塔，日月潭的美景尽收眼底。日月潭附近的埔里镇和鱼池乡是日月潭红茶的主产区，这里的茶树经过日月潭湖滨气候的滋养，焕发出别样的韵味和生命力，醇厚甘润的口感，持久迷人的香气，回味悠长。

新北绿茶增秀色

台湾最北端的新北市是繁华与幽静交织的古城，基隆河与淡水河流经多个区域，沿岸的风光非常优美。在淡水河的河口能看到日落，夕阳西下，天空被染成金黄，河水在夕阳的映照下泛起美丽的波光。淡水河畔的淡水老街有着悠久的历史，保留了许多传统的建筑和文化遗迹。挂着招牌的老店铺、临河的老茶馆、热闹的小吃摊、精致的手工艺品，每一处都吸引着人们的眼球。新北市坪林、三峡等山区，是台湾绿茶的主产地，出产三峡碧螺春、三峡龙井等知名茶叶。那淡淡的茶香，带着山野的气息，凝成了一抹清新的绿意。



·新北市淡水区渔人码头

台湾风情中的茶俗

台湾的茶俗，既有闽南文化的底色，又粘贴着当地特色的标签，是多元文化的交融互鉴。它渗透在台湾人的日常生活中，成为一种艺术，体现了台湾人对茶的由衷热爱，体现出中国茶文化的精神内核。

新春围炉茶会

每年春节的时候，台湾人都会举办“新春围炉茶会”。茶桌下放一个火盆，点上龙眼炭，亲朋好友围坐在暖融融的茶炉四周。负责沏茶的人，先用开水烫一下茶具，在壶中放入上等茶叶，然后往壶中倒入开水泡茶，茶水倒入匀杯后分到各自的茶杯里。袅袅茶香弥漫了整个房间，也温暖了每个人的心田。桌上摆满了各式各样的茶点，还有寓意吉祥的水果。大家喝着香茶开心畅谈，和谐而又温馨。这种仪式是一场品茶的盛宴，更是一次情感的交融，承载着台湾人对家的眷恋和温情。

客家人的酸柑茶

在桃园市、新竹县、苗栗县等地，居住着许多客家人，他们有品饮酸柑茶的习俗。酸柑也叫“酸橙”，皮粗肉涩不能食用。当酸柑挂满枝头的时候，客家人就会采摘下这些果实，用刀挖去果肉，只留下一层薄薄的果皮当作容器。随后将上好的茶叶填入果皮中，再用细线缝合，置于通风处晾干。待到果皮干透，就可以喝了。他们把整颗酸柑茶切成片，适量放入沸水中，茶香与果香便弥漫开来。轻轻啜饮，酸涩与甘甜交织的味道刺激着味蕾，这独特的口感令人难以忘怀。



客家订婚奉甜茶

台湾客家人的结婚礼仪传承了中原地区的古老习俗，很多地方与茶有关。订婚当天，男方一行人要到女方家送礼，叫作“送定”。女方家人迎他们到厅堂落座，接过礼品后放在祖先供桌上，焚香告知祖先女儿将出嫁的消息，祈求祖先的保佑和祝福。随后，一位全福妇人领着准新娘走出来，向男方宾客敬奉甜茶。喝完茶，准新娘去厨房收拾杯盘的时候，准新郎拿出红包放在茶盘上。媒人请女方的主婚人收下，订婚仪式到此就结束了。这些礼俗蕴含着深厚的文化底蕴和家族情感，在客家族群中世代相传。



江南茶区

湘茶千载：湖南

湖南省是著名的产茶大省，素有“茶乡”之称。那里东部地势起伏，是红茶、绿茶的摇篮；南部南岭山脉与万洋山脉交相辉映，是绿茶的产地；中部位于雪峰山以东，衡山以西，是湖南省最大的茶区；西部在澧水和沅水中上游，盛产古丈毛尖等名茶；北部环洞庭湖丘陵地区，黄茶、绿茶、红茶绽放异彩。不同茶区各有特色，共同构成了湘茶的多彩画卷。



·岳阳楼洞庭湖风景名胜区

洞庭湖畔茶飘香

洞庭湖是我国第二大淡水湖，它是湖湘文化的发源地，岳阳楼、君山岛、慈氏塔等名胜古迹，历来是文人墨客竞相吟咏的主题。周边地区茶树众多，出产优质茶叶。著名的黄茶君山银针即产于洞庭湖的君山岛。唐代君山茶的兴盛带动了岳州青瓷的崛起，主要生产茶碗、茶瓯、茶盒等茶具，名噪一时。此外，洞庭湖周边地区还产有多种名茶，如洞庭龙团、洞庭雀舌、擂茶、黑茶、白茶等品类。



·益阳市安化县茶园

山崖水畔茶自香

湖南省益阳市安化县西北部的六步溪国家级自然保护区，自然风光旖旎，生态资源丰富。这里不仅生长着大片的原始森林、拥有各种珍稀动植物，而且是安化黑茶的核心产地之一。这里的茶树大多是野生的，在山崖水畔不种自长，不施化肥，不打农药，根系深深扎进土壤，吸吮着大自然的滋养，有的已有数百年的历史。除了安化黑茶，茯砖茶、天尖茶、荒野茶等都是六步溪生产的优质品种。它们和六步溪的森林、溪水、云雾融为一体，沉淀为六步溪独有的茶香岁月。

· 张家界南天门

云雾茶香张家界

湖南省西北部的崇山峻岭之中，隐藏着一片令人心驰神往的“仙境”——张家界。这里是土家族、苗族等少数民族的聚居地，山峰挺拔如剑，溪涧潺潺，云雾缭绕。天门山、武陵源、黄龙洞、宝峰湖等美景构成了张家界绝妙的自然风光。张家界的茶园，就生长在这片美景之中，历经千年的传承和发展，形成了独特风貌。出产茶叶品种繁多，有莓茶、云雾茶、玉露茶、雪峰茶、黑茶、白茶等多个品类。产于湘西土家族苗族自治州武陵山区的古丈毛尖，属于炒青绿茶，在唐代就被列为贡品。