

茶道文化-期中報告

臺灣茗茶介紹

(碧螺春)

指導老師：陳培展

班 級：多樂二甲

學 號：496M0002

姓 名：施玥亘

一、前言

碧螺春今年 308 歲，也叫碧蘿春，亦有俗名“佛動心”。

碧螺春茶歷史悠久，自古以來就是茶中珍品，唐代茶聖陸羽在《茶經》中這樣寫道：「洞庭出名茶，形曲、色玉、香蘭、味甘」，可能說的就是碧螺春。另據史書記載：「洞庭東山碧螺峰石壁，產野茶數株，土人稱曰：『嚇煞人香』」。後因康熙皇帝南巡時，不喜「嚇煞人香」之名，即改為「碧螺春」，並列為貢茶。也有人認為碧螺春之名是因此茶形狀捲曲如螺，色澤碧綠，採於早春而得名。



碧螺春茶葉條索纖細、捲曲成螺，邊沿上有一層均勻的細白絨毛，銀白隱翠，泡茶時，杯中如雪片飛舞，香氣濃郁，滋味清雅，茶色碧綠清澈，葉底嫩綠明亮。有「一嫩（芽葉）三鮮」（色、香、味）之稱。當地茶農對碧螺春描述為：「銅絲條，螺旋形，渾身毛，花香果味，鮮爽生津。」

碧螺春採摘十分細嫩，生產季節性很強。春分開始採茶，到穀雨碧螺春採制結束，前後不到一個月的時間，高檔極品碧螺春，都在清明前或清明時節採制。時間更短，季節性更強。採摘標準為一芽一葉初展。即早春茶樹新發出的茶芽，剛長到一芽一葉，就及時採下。初展的嫩葉，猶如雀兒的舌頭，故稱〔雀舌〕。



二、起源

關於碧螺春茶的起源，在太湖地區流傳著的一個美麗傳說。據說，太湖邊西洞庭山上有一個叫「碧螺」的美麗姑娘，十分賢慧善良，碧螺有一付亮麗的歌喉。與西洞庭山隔水相望的東洞庭山上住著一個英俊的青年-阿祥，阿祥以打魚為生，精通水性和武藝。碧螺和阿祥互相仰慕，漸漸的愛上了對方。

這時，太湖裡出現了一條惡龍，十分殘暴，擾得村民不得安寧，還要霸佔碧螺。阿祥決心除去惡龍以救助碧螺和村民，經過一番惡鬥，終於將惡龍殺死，但是，阿祥也身負重傷，危在旦夕。碧螺為了救治阿祥，踏遍洞庭，尋找靈藥。她發現一株阿祥鮮血滋潤的小茶樹在初春就長出了許多芽苞，碧螺使用心照料這株茶樹，將採下的幾片嫩芽泡在開水裡，再讓阿祥喝下，頓時，一股清香沁入阿祥的心脾，阿祥竟然



蘇醒了，姑娘喜出望外，將所有茶葉採下，用自己的體溫將嫩茶葉暖幹後，泡茶給阿祥喝，漸漸地，阿祥康復了。但是碧螺因為耗盡了元氣，長眠在洞庭山上，原來碧螺的元氣全凝聚在阿祥喝的茶葉上了。從此，這裡的茶樹總是比別的地方的茶樹長得好，泡出的茶味道十分甘醇，為了紀念碧螺姑娘，太湖的人們就將此茶叫做「碧螺春」。美麗的傳說配上甘醇的茶，使得「碧螺春」更加名聲在外，真是應驗了「佳茗似佳人」的說法。

三、產地介紹

「洞庭碧螺春，茶香百里醉。」

碧螺春茶是中國十大名茶之一。產于蘇州吳縣太湖洞庭山，洞庭山分東、西兩山，洞庭東山是宛如一個巨舟伸進太湖的半島，洞庭西山是一個屹立在湖中的島嶼，碧螺春茶是洞庭東西山的共同財富，洞庭東西山素有姊妹山之稱，無論習俗和特產亦大致相同。這裡綠樹成蔭，花香鳥語，一派江南秀麗風光。兩山氣候溫和，年平均氣溫 **15.5~16.5°C**，年降雨量 **1200~1500** 毫米，太湖水面，水氣升騰，霧氣悠悠，氣候濕潤，土壤呈微酸性或酸性，適合茶樹生長。



四、茶葉製程

碧螺春採制技藝高超，採摘有三大特點：一是摘得早，二是採得嫩，三是揀得淨。每年春分前後開採，穀雨前後結束，以春分至清明採制的明前茶品質最為名貴。通常採一芽一葉初展，芽長 **1.6~2.0** 釐米的原料，葉形卷如雀舌，稱之“雀舌”，炒制 **500** 克高級碧螺春約需採 **6.8~7.4** 萬顆芽頭，歷史上曾有 **500** 克幹茶達到 **9** 萬顆左右芽頭，可見茶葉之幼嫩，採摘功夫之深非同一般。細嫩的芽葉，含有豐富的氨基酸和茶多酚。優越的環境條件，加之優質的鮮葉原料，為碧螺春品質的形成提供了物質基礎。

採回的芽葉必須及時進行精心揀剔，剔去餘葉和不符合標準的芽葉，保持芽葉均整一致。通常揀剔一公斤芽葉，需費工 **2~4** 小時。其實，芽葉揀剔過程也是鮮葉攤放過程，可促使內含物輕度氧化，有利於品質的形成。一般 **5~9** 時採，**9~15** 時揀剔，**15** 時~晚上炒制，做到當天採摘，當天炒制，不炒隔夜茶。碧螺春炒制的特點是：手不離茶，茶不離鍋，揉中帶炒，炒中有揉，炒揉結合，連續操作，起鍋即成。主要工序為：殺菁、揉捻、搓團顯毫、烘乾。

☉殺菁：在平鍋內或斜鍋內進行，當鍋溫 **190~200°C** 時，投葉 **500** 克左



右，以抖為主，雙手翻炒，做到撈淨、抖散、殺勻、殺透、無紅梗無紅葉、無煙焦葉，歷時 3~5 分鐘。

㊟ 揉捻：鍋溫 70~75°C，採用抖、炒、揉三種手法交替進行，邊抖，邊炒，邊揉，隨著茶葉水分的減少，條索逐漸形成。炒時手握茶葉鬆緊應適度。太松不利緊條，太緊茶葉溢出，易在鍋面上結“鍋巴”，產生煙焦味，使茶葉色澤發黑，茶條斷碎，茸毛脆落。當茶葉幹度達六、七成幹，時間約 10 分鐘左右，繼續降低鍋溫轉入搓團顯毫過程。歷時 12~15 分鐘左右。



㊟ 搓團顯毫：是形成形狀捲曲似螺、茸毫滿披的關鍵過程。鍋溫 50~60°C，邊炒邊用雙手用力地將全部茶葉揉搓成數個小團，不時抖散，反復多次，搓至條形捲曲，茸毫顯露，達八成幹左右時，進入烘乾過程。歷時 13~15 分鐘。



㊟ 烘乾：採用輕揉、輕炒手法，達到固定形狀，繼續顯毫，蒸發水分的目的。當九成幹左右時，起鍋將茶葉攤放在桑皮紙上，連紙放在鍋上文火烘至足幹。鍋溫約 30~40°C，足幹葉含水量 7% 左右，歷時 6~8 分鐘。全程約為 40 分鐘左右。



碧螺春分 7 級，芽葉隨 1~7 級逐漸增大，茸毛逐漸減少。炒制鍋溫、投葉量、用力程度，隨級別降低而增加。即級別低鍋溫高，投葉量多，做形時用力較重。

五、茶葉特質

碧螺春是來自大自然的尤物，據專家研究發現，其特有成分茶多酚具有很強的抗氧化作用，其抗氧化能力是人工合成抗氧化劑 BHT、BHA 的 4-6 倍，是 VE 的 6-7 倍，VC 的 5-10 倍，具有很強的消除有害自由基、抗衰老、抗輻射作用，對癌細胞和愛滋病病毒也有抑制作用。當然，最真切可感的還是其味清香文雅，濃郁甘醇，鮮爽生津，回味綿長，飲後還有回甜之感，明顯有興奮大腦和調理心臟的作用以及清咽潤喉、提神明目之功效。



茶葉成分對人體的生理、藥理功效是多種多樣的，歸納起來主要有如下八大保健作用：

- ④興奮作用：茶葉的咖啡鹼能興奮中樞神經系統，說明人們振奮精神、增進思維、消除疲勞、提高效率。
- ④利尿作用：茶葉中的咖啡鹼和茶鹼具有利尿作用，用於治療水腫、水滯瘤。利用紅茶糖水的解毒、利尿作用能治療急性黃疸型肝炎。
- ④強心解痙作用：咖啡鹼具有強心、解痙、鬆弛平滑肌的功效，能解除支氣管痙攣，促進血液迴圈，是治療支氣管哮喘、止咳化痰、心肌梗塞的良好輔助藥物。
- ④抑制動脈硬化作用：茶葉中的茶多酚和維生素 c 都有活血化瘀防止動脈硬化的作用。所以經常飲茶的人當中，高血壓和冠心病的發病率較低。
- ④抗菌、抑菌作用：茶中的茶多酚和鞣酸作用於細菌，能凝固細菌的蛋白質將細菌殺死。可用於治療腸道疾病，如霍亂、傷寒、痢疾、腸炎等。皮膚生瘡、潰爛流膿外傷破了皮，用濃茶沖洗患處，有消炎殺菌作用。口腔發炎、潰爛、咽喉腫痛，用茶葉來治療，也有一定療效。
- ④減肥作用：茶中的咖啡鹼、肌醇、葉酸、泛酸和芳香類物質等多種化合物能調節脂肪代謝，特別是烏龍茶對蛋白質和脂肪有很好的分解作用。茶多酚和維生素 c 能降低膽固醇和血脂，所以飲茶能減肥。
- ④防齲齒作用：茶中含有氟，氟離子與牙齒的鈣質有很大的親和力，能變成一種較為難溶於酸的“氟磷灰石”，就象給牙齒加上一個保護層，提高了牙齒防酸抗齲能力。
- ④抑制癌細胞作用：茶葉中的黃酮類物質有不同程度的體外抗癌作用作用較強的有牡荊城、桑色素和兒茶。

六、如何品茗

品嘗高級碧螺春頗有情趣。品飲時，採用潔淨透明的玻璃杯，先沖開水後放茶。或用 $70\sim 80^{\circ}\text{C}$ 的開水沖泡。當碧螺春投入杯中，茶即沉底，暫態間“白雲翻滾，雪花飛舞”，清香襲人。茶在杯中，觀其形，可欣賞到猶如雪浪噴珠，春染杯底，綠滿晶宮的三種奇觀。飲其味，頭酌色淡、幽香、鮮雅；二酌翠綠、芬芳、味醇；三酌碧清、香郁、回甘，真是其貴如珍，宛如高級工藝品，不可多得。



新茶並非越新越好，喝法不當易傷腸胃，由於新茶剛採摘回來，存放時間短，含有較多的未經氧化的多酚類、醛類及醇類等物質，這些物質對健康人群並沒有多少影響，但對胃腸功能差，尤其本身就有慢性胃腸道炎症的病人來說，這些物質就會刺激胃腸黏膜，原本胃腸功能較差的人更容易誘發胃病。因此新茶不宜多喝，存放不足半個月的新茶更不要喝。

此外，新茶中還含有較多的咖啡因、活性生物鹼以及多種芳香物質，這些物質還會使人的中樞神經系統興奮，有神經衰弱、心腦血管病的患者應適量飲用，而且不宜在睡前或空腹時飲用正確方法是放置半個月以後才可能使用。



碧螺春貯藏方法十分講究。傳統的貯藏方法是紙包茶葉，袋裝塊狀石灰，茶、灰間隔放置缸中，加蓋密封吸濕貯藏。隨著科學的發展，近年來亦有採用三層塑膠保鮮袋包裝，分層緊紮，隔絕空氣，放在 10°C 以下冷藏箱或電冰箱內貯藏，久貯年餘，其色、香、味猶如新茶，鮮醇爽口。

七、資料來源

◎ 洞庭山碧螺春網

<http://www.bilochun.com/articles/200902222244021493.html>

◎ 大紀元 <http://www.epochtimes.com/b5/5/7/1/n971436.htm>

◎ 奇摩知識 +

<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1405111004286>

<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1405103104948>

<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1405122601512>

◎ 明心 <http://xinsheng.net/xs/articles/big5/2009/8/20/46670.htm>

◎ 泰順和茶業 http://www.taishunhe.com/new_page_48.htm

◎ 經濟參考報

http://big5.xinhuanet.com/gate/big5/jjckb.xinhuanet.com/gdpd/2009-04/14/content_153500.htm

◎ 茶農自營網路茶行 <http://www.besttaiwantea.com/DTtea.html>

◎ 品茶の八種保健

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!s9KTkAKBBBaJIS4q.MHkY7rQ5vUaNqZpINOsLg--/article?mid=103>

◎ 华夏经纬网 <http://big5.huaxia.com/zt/sh/08-023/1058272.html>

◎ 茶言茶語-帶你走近茶文化

<http://hk.myblog.yahoo.com/teaculture/article?mid=37>