

台灣茗茶介紹 - 高山茶

最近十年來，台灣流行品飲高山茶，朋友在一起相聚喝茶，談話主題大多是高山茶；買高山茶葉做禮物送親友是最體面的珍品，茶行招牌幾乎都是以高山茶做號召，台灣高山茶儼然已經成爲一種風尚，好像送禮不送高山茶，喝茶不喝高山茶，賣茶不賣高山茶，就已經落伍了！

台灣地道生產的「**台灣高山茶**」，每年大約 3000 噸左右，而每年以台灣高山茶名稱銷售的數量，高達 23000 噸以上，台灣人平均一年消費高山茶約 1 公斤。由此推算，台灣消費的每 1 公斤高山茶中，有 86% 是仿冒偽造的「**台灣高山茶**」。

茶品特性：

所謂的「**台灣高山茶**」，是指生長在台灣地區海拔 1000 米以上的高山茶園，每年採收茶菁四次以下，不分春夏秋冬所製造出來的茶葉，才能稱爲「**台灣高山茶**」。

茶品產地：



台灣生產高山茶的地區，計有五大山脈，這五大山脈所生產的茶葉，雖然有它的共通性，都是高山茶；但是，也有它各自的代表特色，所以各有它獨自的一定消費族群，價錢上也各有不同。其中以阿里山山脈的所生產的高山茶價錢最高；其次是雪山山脈，玉山山脈，中央山脈，海岸山脈。

一、**中央山脈**，位置靠近台灣島之東側，北起宜蘭縣蘇澳附近的北方澳，南抵台灣島最南端的鵝鑾鼻，呈北北東至南南西走向縱貫全島，全長約 340 公里，東西寬約 80 公里，爲全島最長的山脈，將台灣全島分成了西大、東小不對稱的兩半，東部地勢較險峻，而西部則較寬緩。同時中央山脈也成爲全島各水系的分水嶺，有「**台灣屋脊**」之稱，山脈最高處中央尖山 3705 米。

中央山脈的高山茶：外形緊結；色澤青綠；湯色明亮黃綠；香氣純和花香；滋味純正清甘；葉底肥厚質軟。主要產地以高雄縣那瑪夏（三民）鄉、茂林鄉、桃源鄉爲主，台東縣太麻里鄉少數。平均價格每 500 克約 US.45 元。

二、**玉山山脈**，北起花蓮縣與南投縣交界處的玉山山塊，南抵高雄縣六龜鄉十八羅漢山附近，長約 180 公里，是台灣五大山脈中最短者。玉山山脈的東側爲中央山脈南端，兩者隔老濃溪爲界；西側則隔著楠梓仙溪，與阿里山山脈爲鄰。玉山山脈的走向先是東西向，再轉爲北北東走南南西方向，最高峰玉山（又稱玉山主峰）海拔達 3952 米，是台灣最高峰，也是東亞第一高峰，使台灣島成爲世界地勢第四高的島嶼。

玉山山脈的高山茶：外形緊結；色澤墨綠；湯色清澈黃綠；香氣濃郁花香；滋味醇厚可口；葉底青色勻淨。主要產地以南投縣信義鄉爲主，中寮鄉、水里鄉少數。平均價格每 500 克約 US50.元。

三、**雪山山脈**，北起台北縣瑞芳鎮的東北角突出海上的一個岬角三貂角（或稱鼻頭角），南迄南投縣名間鄉濁水溪北岸的濁水山，整個山脈長約 260 公里，寬約 28 公里。位於中央山脈的西北方，東以蘭陽溪斷層谷與大甲溪上游縱谷（合稱皮亞南構造線）與中央山脈分界。

雪山山脈是台灣最北方的山脈，呈現東北至西南走向，經過台北縣貢寮鄉、平溪鄉、雙溪鄉、坪林鄉、石碇鄉、烏來鄉、新店市、三峽鎮，桃園縣復興鄉，新竹縣尖石鄉、五峰鄉，苗栗縣泰安鄉、

南庄鄉，台中縣和平鄉、新社鄉、太平市、東勢鎮，南投縣仁愛鄉、信義鄉、魚池鄉、國姓鄉、中寮鄉、水里鄉、埔里鎮，宜蘭縣礁溪鄉、員山鄉、大同鄉、南澳鄉、頭城鎮，花蓮縣秀林鄉。

雪山山脈的高山茶：外形略緊結；色澤墨綠偏黃；湯色清澈黃綠；香氣濃郁花香；滋味鮮爽清甘；葉底柔嫩明亮。主要產地以台中縣和平鄉為主，桃園縣復興鄉少數。平均價格每 500 克約 US.80 元。

四、阿里山山脈，北起南投縣集集鎮的濁水溪南岸，經嘉義縣，南抵高雄縣燕巢鄉的雞冠山，位置在玉山山脈西面，稜脈大致呈現北北東向南南西的走勢，長約 250 公里，平均高度 2500 米，最高的是大塔山，海拔 2663 米。一般俗稱的阿里山，實際上並不是一座山，只是特定範圍的統稱，正確說法應是「阿里山區」，地理上屬於阿里山山脈主山脈的一部份，阿里山位於台灣嘉義縣，東鄰玉山山脈，北接雪山山脈。

阿里山山脈雖無超過三千公尺以上的高山，亦在百岳榜上名落孫山，但東側由於有大斷層通過，造成了東坡陡、西坡緩的地勢。由東側的溪谷眺望，阿里山山脈雄偉高大、氣勢非凡，與三千公尺以上高山林立的玉山山脈對峙，有著相互呼應的磅礴氣勢。若以地形來說，阿里山山脈屬於玉山山脈的支脈，在塔塔加鞍部以楠梓仙溪、沙里仙溪和玉山群峰區隔。

阿里山山脈的高山茶：外形緊結，色澤墨綠；湯色清澈蜜綠；香氣馥郁的蘭花香；滋味具有鮮純的高山韻；葉底柔軟青綠。主要產地以嘉義縣竹崎鄉、番路鄉、梅山鄉、阿里山鄉；南投縣境少許。平均價格每 500 克約 US.90 元。

五、海岸山山脈，位於臺灣本島之東緣，北起花蓮，南迄臺東，其縱長 150 公里，東西之平均寬度為 10 公里，一般以秀姑巒溪切穿而分成南北兩段。北段北自花蓮溪口的花蓮山，南抵秀姑巒溪，北段較低，南段較高，山嶺高度多在 1000 米左右，最高峰為 1680 米的新港山。海岸山脈是菲律賓群島漂移而來的陸地，因此地質為安山岩的火山集塊岩，與綠島、蘭嶼相同，因為與花東縱谷的板塊不同，兩相撞擊下，使花東地區成為台灣地震發生最頻繁的地區。

海岸山山脈的高山茶：外形緊結；色澤黃綠；湯色清澈鮮明；香氣平正花香；滋味醇和清爽可口；葉底青色勻齊。主要產地以花蓮縣玉里鎮、富里鄉為主。平均價格每 500 克約 US.40 元。

從茶樹變茶葉：

台灣話稱茶葉為「茶米」，取自半球形或球形部分發酵茶的形狀而來。茶乾的大小猶如米粒一般然而由叢叢茶樹上綠油油的枝葉到



茶罐中細小的茶乾，必須經過複雜繁瑣的過程，加上經驗老練的製茶師細心處理，並在 24 小時內完成所有步驟，才能使茶乾沖泡出最完美的色、香、味。

一、採茶

現行的採收方式可分為人工與機器兩種。自古以來的人工採茶仍是高級茶葉的採收方式，過去茶農以食指與姆指夾住葉梗，利用兩指間彈力將葉片摘斷；今日則有不少茶農將刀片繫於食指上，以刀鋒切下茶梗，既省時又省力。

茶葉的採收以嫩葉與嫩芽為主。依茶葉不同而有一心一葉、一心二葉、一心三葉的不同選擇。茶葉葉面的完整與否攸關茶葉製造的品質，採茶過程中不能損傷茶葉，否則將降低茶葉品質。

二、萎凋

採茶後的茶菁收集放在竹編的筥蓆上，經過陽光曝曬的「日光萎凋」，或藉由機器進行熱風萎凋，

使茶菁的細胞內水分蒸發，隨著氧化的化學變化而發酵。原先青綠色的葉片經日光萎凋作用，漸漸轉為暗綠色，而葉片也因水分消失開始軟化。

隨著將筴蓆放置室內進行「室內萎凋」步驟，並藉由雙手輕輕攪拌茶菁，使茶菁互相摩擦而破壞部分葉緣細胞，空氣能順利進入葉片內部細胞，讓發酵作用順利產生。而以雙手攪拌茶菁的動作稱為「浪菁」，現在則有浪菁機可帶人力進行攪拌動作。

三、發酵

茶葉內細胞消失部分水分後，所含成分與空氣接觸而氧化便是發酵。如果萎凋時消水過於快速，葉片細胞來不及發酵便乾死，稱為「失水」，這種茶葉泡起來沒什麼味道；相反地，葉緣細胞消水後，攪拌時太過用力，結果氧化作用讓葉原先行變紅，使得葉片內部的細胞無法順利送出水分進行發酵作用，這種茶葉因「積水」或「飽水」，泡起來會有苦澀味。

此外，葉片的完整與否也是關鍵，一但折傷或剪斷葉片形成傷口，萎凋發酵無法達成完美狀態，沖泡出的茶湯口感亦隨之降低。

四、殺菁（炒菁）

欲停止發酵作用的持續，必須以高溫將茶葉炒熟或蒸熟，破壞發酵作用的酵素活性，這種動作稱為「殺菁」或「蒸菁」，而整個過程便是所謂的殺菁。殺菁時，茶葉原有的菁臭味消失，茶葉香其逐漸生成，茶梗和葉脈便得柔軟有點黏性，葉中水分適度蒸發，至下一個揉捻步驟時，茶葉便不易破碎。

五、揉捻

殺菁後，為了使茶葉中成分容易藉由熱水沖泡而出，所以將茶葉放入揉捻機，讓茶葉隨著機器運轉而滾動，原先枝葉獨立的茶葉經揉捻後，逐漸捲曲緊縮。加上揉捻的壓力導致葉片內汁液滲出，附著於茶葉上，使得沖泡茶葉時茶液能很快溶解於熱水中，成為一杯滋味香醇的茶湯。

不同茶葉的揉捻程度有別，半球形包種茶餘揉捻時還增加團揉步驟，將茶葉以布巾包裹成球團狀，再加以手工或機器來回搓壓，將茶葉揉成半球形或圓形；團揉過程中須不時將布巾攤開，打散茶葉以散熱；重複次數越多，製作出的茶葉越結實。

六、乾燥

揉捻後的茶葉為停止其發酵作用，並使茶葉體積收縮便於儲存，須經由乾燥機烘乾茶葉，利用高溫破壞殘留再揉捻茶葉中的酵素，讓茶葉本身的含水量低於5%。揉捻成形的茶葉平鋪在盤中，一盤盤放入乾燥機中。為了能讓茶葉有裡至外確實達到乾燥效果，通常分為兩次乾燥，第一次乾燥程度約七、八分之後，取出茶葉回潮，待冷卻後再進行第二次乾燥。乾燥後的茶葉即稱為「粗製茶」或「毛茶」

七、精製

粗製茶完成後，藉由進一步的篩選分類讓茶葉品質趨於同級化，外觀的整齊劃一步但影響茶葉的沖泡滋味，更是消費者選購茶葉的一大考量。因此，精製亦是製茶過程中不可省略的一環。精製的第一步驟稱為篩分，依成形茶葉大小分類，將茶葉大小整齊化。然後利用切斷機將太粗或太厚的茶葉切成希望大小，以便分類；隨之將茶梗等雜物挑除，以整形機加工處理；最後運用風吹原理，將製作過程中產生的茶屑剔除，成為品質優良且水準整齊的茶葉。

八、焙火

精製完成的茶葉，再經過熱度慢慢烘培的培火步驟，讓茶葉散發出清香的氣味。而茶葉依種類不同而有不同的培火程度，一般多分為輕火（生火）、中火（生熟茶）和重火（熟茶）三種。生茶的香

氣十足，茶湯顏色較淺，熟茶的香氣雖不如生茶，但他的口感比起生茶則是別有一番風味。

九、薰花

並不是每一種茶都需要加入薰花，我們常見的香片便是加入薰花的東方式花茶。薰花茶常用的茉莉、桂花、菊花等，當植物開花之際，花蕊的香氣散發而出時，摘下花朵與茶葉一同薰香，讓茶葉充滿花朵的香氣，成為帶有花味的茶香。薰花茶依薰花次數可分為雙薰花茶、三薰花茶等，次數越多，茶葉所帶的花香越濃。

十、包裝

茶葉經過培火、薰花後，製茶工作到此可算大功告成。一般茶行內放著一桶桶的茶葉，等待消費者挑選，而選定茶葉後，最終的步驟便是包裝。茶葉的包裝方式很多，店家多半利用塑膠袋裝茶葉，有些以橡皮筋等環索扣住對口；也有直接採用真空包裝的填充方式，如果不是於近期內沖泡，真空包裝可存放較久，若為隨即沖泡該茶葉，包裝方式倒不須特別計較。

保存知識與概念：

影響茶葉變質、陳化的主要原因為溫度、水分、氧氣、光線等因素的相互作用所產生的變化反應。

溫度：存放環境溫度愈高，茶葉色澤愈容易變褐色，低溫冷藏可有效減緩茶葉變褐及陳化。

水分：茶葉中水分含量超過5%時會使茶葉品質加速劣變，並促進茶葉氧化使茶葉色澤變褐，品質變質。適度烘焙可維持乾燥度。

氧氣：引起茶葉劣變的氧化作用與氧氣息息相關，故開封後應減少接觸空氣並盡快飲完。

光線：光線照射會加速茶葉中各種化學反應之進行，如：葉綠素經光線照射易褪色，產生變質。

「保持乾燥、避免吸入異味、避免陽光直射」等，均可長久存放。一般標示保存期限為兩年。如果超過時間，只要不發霉，經過適當烘焙，除了沒有原來“清香”味外，陳年茶湯仍別有一番滋味。

品茗方法：

一、泡茶、焙茶基本概念

沖泡一杯好茶也可以很簡單，將原本複雜的品茗程序化繁為簡，把每種茶的特色及香味釋放出來，讓您自在享受、品味好茶的樂趣。在沖泡過程中，可依個人喜愛的濃淡來調整茶葉用量及沖泡時間，以下提供幾個注意要點。



阿里山山脈生毛樹段《山芝林》

簡單五大原則：

水質： 乾淨無雜質、無味的水，以軟水、山泉水為佳。

茶量： 依不同顆粒大小、調整茶葉用量，泡開後8~9分滿為佳。

溫度： 視茶種，注入適宜的溫度，達到最佳品嚐滋味。

時間： 依茶種屬性，調整沖泡時間，沖泡出最佳滋味。

次數： 依茶種沖泡，控制茶湯濃度盡量一致，達到最佳品嚐滋味。

高山烏龍	輕發酵 輕焙火	1.瓷壺 2.先投入適當茶葉， 再將水壺提至中等 高度，順時鐘方向 緩緩注入 (下投法、中注式)	1.水溫 85 度至 90 度左右 2.時間、茶量， 各自調整
------	------------	---	--

二、冷泡法

- 1.以輕發酵清香烏龍茶為主要基茶。
- 2.沖泡比例：600cc 冷水：10 公克茶葉。
- 3.常溫放置 2~4 小時，將茶葉與茶水分開(視茶葉展開情況而定)。
- 4.冰箱放置 8~12 小時，將茶葉與茶水分開(視茶葉展開情況而定)。
- 5.依各人口感喜好斟酌冷泡時間。
- 6.冷泡茶的好處：生津止渴、清除油膩，針對預防膽固醇過高、高血壓、脂肪肝、尿酸及心臟疾病等症狀，有明顯的改善效果，並具有防癌、抗氧化等功效，長期飲用更具預防與保養之療效。

參考資料：

中華茶文化學會-茶藝觀點-何謂台灣高山茶
<http://www.fans-tea.com/tportal/contentdt.aspx?t=2&cid=229>

正全茶業
<http://www.jc-tea.com.tw/flow.php>

傳家寶企業社
<http://www.sealstones.com.tw/>

有記名茶
<http://www.wangtea.com.tw/html/storagebottom.htm>

台灣走走網：茶葉網--製茶過程,從茶樹變成茶葉
<http://www.taiwangogo.com.tw/web/UPT?UPID=43737>



【有餘堂】阿里山高山烏龍



嚴選高山烏龍禮盒

相關資料：

台灣高山茶
<http://www.tea-pot.com.tw/teapot9/index.htm>

春園茶莊 高山茶製茶過程(親身參與)
<http://taiwanhung168.pixnet.net/blog/category/1528081>