

茗茶

豈止「歎茶」咁簡單

茶，在香港經常能夠喝得到，但你對茶又有多少認識？即使平日有上茶樓「飲茶」，名為「飲茶」，受重視的似乎還是點心多於茶，想知道更多關於茶的知識，揀選一款合自己心意的茶，到茶店精挑細選，肯定能找到一款讓你一嚐再嚐的茶。怎樣挑選好的茶葉，沖泡時又該注意些甚麼，現在不妨聽聽專研和經營茶葉的張志敏慢慢介紹吧。

文、攝：盧寶迪

樂茶軒經理張志敏。



上茶樓不是不能喝到茶，只是種類和質素未必能照顧到不同客人的口味，至少樂茶軒經理張志敏（Percy）是這樣認為的。「說到喝茶，在香港很多時都是上茶樓吃點心時喝茶，着重點心而不是茶，但未必有齊各種茶類和照顧不同客人的口味，對着茶有興趣的朋友，不妨多去幾間茶店問問看看，對認識茶類都很有幫助。」

一般人都分得出紅茶綠茶，或清淡濃郁的味道，不過，Percy介紹時指，茶其實可分六大種，即紅、綠、黃、青、黑和白。「按發酵程度而有所分別，影響味道和顏色。如紅茶與綠茶便是兩種不同的發酵程度，以青茶如鐵觀音則是介乎兩者之間。」她說黃茶雖是比較難找，但基本上在香港都算是容易找到不同茶種。「特別是普洱和壽眉，在內地其他地方，容易找到在當地生產的茶，要像香港那樣找到多種其他地方的茶就難得多。」她指烏龍較受歡迎，對茶認識不多的朋友可先試飲，覺得味道合乎心意才選購，然後再嘗試其他茶種，如味道厚實的霍山黃茶也同樣是深受歡迎的茶類。「喝茶像是有個階段，當然各人不同。有的人起初可能會先嗜花茶、綠茶，味道清淡，然後轉飲茶味較濃，層次豐富的岩茶，再經過一段時間，可能會喜歡喝味純的普洱，各人若茶的先後次序都不一樣，視乎你喜歡哪種茶。」

喝茶具保健療效

其實茶除了味道怡人之外，也有其保健功效，張志敏指在《茶經》裡提及到茶帶寒涼的特性，最適宜「精行儉德」的人飲用。「茶略帶寒涼，飲用者最好心裡先有個限制，不會喝太多或太少，取中庸之道，這也對健康有幫助。部分茶較寒涼，但也有些是較為正氣，顏色是個好提示，顏色愈淺的茶如綠茶白茶便愈寒涼，在夏天喝有消暑的功效，而冬天則可喝顏色較深的烏龍、鐵觀音，而普洱比較中性，可當保健茶飲用，所以又有『老人茶』的名稱。」她又指要視乎體質，若是體質燥熱，還是少飲用紅茶為宜。另外，也可按不同的天氣喝茶，綠茶如龍井和碧螺春都適合夏天喝。

茶的另一重要特點就是有保健作用，尤其是當中的成份——氟。「有助降血脂、血糖，幫助消化，提神、解酒和防癌。除了保健作用，其實也

可是一個發掘樂趣的平台，平日家庭聚會或洽談生意都是當中一個媒介。」她補充，即便是沖茶，在過程中也能使人靜下來，放鬆減壓，當中也蘊含藝術、歷史：「絕對不是沖泡一杯茶那樣簡單。」

沖泡時配搭合適茶具

沖茶既可仔細地沖，用不同器具，按步驟和水溫沖泡，如綠茶便需先得以凍水浸泡使茶葉發脹，再在經浸泡的凍水澆上熱水才慢慢享用。Percy指現今都市人生活忙碌，若是在家沖茶，又不想太麻煩的話，其實一個茶壺、茶杯加上熱水便行。「方法上沒有對與不對，而是沖泡出來茶好味與否，揀選一個方便自己的沖茶的方法便可以了。」

她指出沖茶時有三個元素影響茶的味道：投茶量、水溫和浸泡時間，三者互為影響，互相平衡。「若是投茶量多，浸泡時間需相應縮短，免得熱茶過濃。或是水溫不夠高，則浸泡時間需延長。若茶葉顏色淺，我們偏向用較低水溫來泡茶，味道不會苦澀；深顏色的茶則要用較高溫的水沖泡。」

而泡茶時選用合適的茶具，也可以令茶味相得益彰，茶具大致可分玻璃、瓷器和陶土三類，「欣賞茶葉形狀和顏色可用玻璃杯，但保溫能力較低。瓷器如出產自景德鎮，薄而通透，畫花精緻，沖泡紅茶綠茶等不同茶類都適宜，不吸味也不吸色。至於紫砂泥，則較多氣孔，保溫效果甚佳，吸茶味和茶色，所以最好沖泡同一種茶，愈用愈香，也能迫出茶味。」

選茶時「望聞問切」

是否一定要挑價錢最貴的茶葉來嚐才算是「歎觀茶」？Percy認為簡單最實際。「試飲後感到舒服的感覺，那茶葉已算是夠好夠靚。」

她建議揀選茶葉時可像中醫診症那樣「望聞問切」。「看茶葉形狀和色澤，顏色均衡比較好，嗅出茶葉的味道，如有果香的茶葉就必定有果香。問就是詢問有關茶葉的資料，茶的來源地、收成時期等。然後挑些茶葉放在手上揉，容易碎成粉末即表示茶葉乾身，代表茶葉保存得好。最後便是試飲，嚐嚐是否有雜味，適合自己。」她說保存茶葉要用密封罐，放在陰涼處，避免放在陽光照射及濕氣重的地方。

喝茶固然有助心靜，為自己選喜歡的茶來品嚐更是賞心樂事。

簡易沖泡綠茶方法



1. 以凍水浸泡茶葉，使其發漲。



2. 把茶葉與凍水分隔。如需再沖泡，可另加凍水浸泡綠茶。



3. 替浸泡茶葉的水添加熱水。



4. 沖泡過程完成，把茶倒進杯裡。

茶葉分類（資料由樂茶軒提供）

綠茶：屬不發酵茶類，含豐富抗氧化成分。製法是採摘鮮嫩春天茶芽，稍經萎凋即加熱「殺青」，以停止發酵，然後乾燥造形，保持其翠綠清鮮的特色。綠茶以香氣清新、滋味鮮爽、顏色翠綠、湯色明亮為上品。代表：龍井

白茶：屬微發酵茶類，有研究指其抗氧化最強而大受歡迎。正宗的白茶要用福建大白毫的品種，採早春銀毫閃亮的芽頭，天然慢慢晾乾而成。代表：壽眉

黃茶：屬微後發酵茶，鮮葉經萎凋、殺青後，經過特殊的燻黃工藝，才乾燥成形，香氣高爽、湯色黃亮，味甘耐泡。代表：蒙頂黃芽

青茶：屬半發酵茶，是中國茶的傑出工藝，有烏龍茶、工夫茶之稱。鮮茶經過晾青、搖青、做青、殺青、揉捻、烘焙、乾燥等工序，充分體現製茶師傅的技藝。可按產地分為四大風味：閩北烏龍（大紅袍等）、閩南烏龍（鐵觀音）、廣東烏龍（鳳凰單叢）和台灣烏龍（高山烏龍）。

紅茶：屬全發酵茶類，中國製的紅茶不以量勝，以手工為主製作不同口味的工夫紅茶，香氣醇郁、湯色紅亮、滋味和厚。代表：丹桂紅茶

黑茶：屬重後發酵茶，滋味醇和，最後消脂去膩，健胃益氣，醒酒解累。好的普洱愈陳愈香，顏色明亮，有如琥珀。代表：普洱

茶	水溫（攝氏）	沖泡時間
綠	40-80度	2分鐘
白	80-85度	1分鐘
黃	75-85度	30秒-1分鐘
青	80-95度	30秒-1分鐘
紅	95-100度	1-3分鐘
黑	100度	1-3分鐘

茶藝示範及茶師講解

有意聽茶師介紹更多中國茶的歷史、特點和示範茶藝，深入認識中國茶，可逢星期六早上11時半至12時半到羅桂祥茶藝館參加，名額10位（須事前預約：28696690）。

「博士造壺：香港陶瓷茶具創作1986-2010」

泡茶是一門藝術，製作茶具亦然。欣賞創意茶具，「博士造壺：香港陶瓷茶具創作1986-2010」是個好選擇。展覽匯集歷屆「陶瓷茶具創作展覽」及「鴛鴦—咖啡與茶具展」所購藏的本地原創作品，題材廣泛，既有選材自大自然象生造形、生活小品、以至簡潔幾何設計等。實用與創新的陶瓷茶具創作，林林總總，令人目不暇給。可說是以往二十多年本港陶瓷茶具創作比賽的一個小結，為香港陶瓷界提供一次觀摩切磋的機會。

展期：6月15日至明年2月6日
地點：茶具文物館1樓



■ 鄭靜美《騎龍下》為手捏及模製陶瓷（2000年亞軍）
■ 陳鐵強《龍壺》為手捏及拉坯陶瓷（1992年冠軍）。



■ 1928年製的Zig Zag形開瓶器。

■ 朱培基（左）與孫昭達（中）展示多個中西酒器藏品。



酒具呈現 酒文化精粹

酒文化源遠流長，隨着酒業於各國的蓬勃發展，美酒早已在人類日常交際生活中有着獨特的地位。即便是輕巧的酒具，它的發展也不容小覷，甚至可從中西方的生活環境、傳統習俗等差異。有意一睹各式酒具並不難，「中西古今酒文化博覽」就能一覽各種別具特色的酒具。

早前兩大酒具收藏家——「香港美酒之家」的創辦人朱培基及來自中國北京有「酒壺先生」之稱的北京中外酒器文化協會副主席孫昭達，攜手舉辦全港首個最大型「中西古今酒文化博覽」，展出過百件由元清、民國至近代的中西方與酒文化有關的器具藏品。當中包括於第一次世界大戰後特意的為軍人出產的開瓶器、19世紀極具代表性的zig-zag形設計的開瓶器、宋元時期的蓮花溫酒器、元朝的龍泉青瓷酒壺等。其他展品亦包括珍貴的酒辦、各式各樣的酒塞、酒瓶標籤、酒桶等，讓大家感受中西古今酒文化的魅力。

中西酒文化各有特色

朱培基指在西方人飲酒的目的往往很簡單，只為追求享受美酒的味道，所以多年來酒瓶的外觀並沒有太多花巧的變化，反而開瓶器則有着萬千變化，令葡萄酒開瓶器的欣賞價值大大提高。「在開瓶器誕生之前，喜歡喝紅酒的法國人，通常不是把軟木塞捅進瓶裡，就是利用利器快速打碎酒瓶的瓶頸，但這兩種方法都不利於紅酒的再次封存，亦會破壞酒的味道。一直到19世紀於法國南部的小鎮上，有人專門製作了用來開紅酒軟木塞的開瓶器，能夠漂亮地打開一瓶紅酒，從此開瓶器便成為了愛酒之人的必備品，而開瓶器也必然成就了收藏者們的囊中之物。」朱培基更在展覽裡展出第一代開瓶器。

孫昭達指最能代表中國酒的莫過於米酒，但對中國人來說，醉翁之意往往不在酒，反而中國的酒瓶更變成一件藝術品，「它包含着歷史文化背景。可以說每一個陶瓷酒瓶都有其獨特的特色，可追溯其當時的歷史背景、時代特色、工藝水準等。酒壺製作的工藝精湛，外形多樣，極具收藏及欣賞價值。」

除了珍品展覽博覽會，場內同步舉辦「酒·樂荷里活2011」美酒展銷，一次過雲集數十位展銷商，匯聚中西日韓環球名酒，包括紅白酒、干邑、中國、日本及韓式米酒等，種類繁多，現場更設試酒區，並於6月18日舉辦美酒拍賣。文：盧寶迪

中西古今酒文化博覽

日期：即日起至6月19日
（中午12時至晚上10時）
地點：鑽石山荷里活廣場1樓明星廣場
查詢：2118 8811



■ 元朝末年龍泉青瓷酒壺