

台灣茶葉知多的 送手信不會被考起 南投「和菓森林」DIY製茶

台灣有好山、好水，還有好茶，茶與台灣人的生活息息相關，從茶館、公司的辦公桌上，幾乎人人一盅茶，也孕育出深厚且獨特的茶文化。台灣很流行透過茶葉競賽從而令獲獎產品成為台灣品牌，使之成為具特色的伴手禮；因為茶是直接泡來飲，有機種植，無毒很重要。台灣氣候是種茶的好地方，台灣茶葉品種甚多，像日月潭紅茶、杉林溪茶、凍頂烏龍茶、阿里山珠露茶、梨山茶、紅玉紅茶等，想買點回來做手信又不知如何挑選，記者透過走訪茶葉生產商及銷售商學習有關台灣茶葉知識，送手信給人也不用被人考起。

DIY製茶



知道了台灣茶葉名字來源，就試試DIY體驗製茶。在南投「和菓森林」這個茶葉品牌沒人不知的，茶葉莊園創業者石朝幸，早年畢業於「茶葉傳習所」，承襲了日人的製茶技術。自己開始種茶，結果製茶一甲子，而且有一份堅持，即使紅茶產業因人力成本上升，台灣紅茶失去競爭力，其他南投茶農因種植椰而短時間致富時他仍堅持種茶，相信紅茶會有風華再現的一天。將莊園轉型再出發自創品牌「和菓森林」，希望能有新出路，2005年女兒石萊樺學成返鄉後回家幫手，用企管碩士的專業將紅茶產業，結果在加上魚池鄉推動下，和菓森林莊園在2007年魚池鄉紅茶比賽中獲得「大葉種阿薩姆」、「台茶十八號」兩個冠軍，果然可以東山再起，於是石萊樺被稱紅茶公主。

莊園堅持「用心作好茶」，努力推廣，希望紅茶文化能繼續深植台灣。每年的4至12月，和菓森林會開辦製茶DIY體驗營活動，並且由專業導師教

你。藉着體驗營讓遊客更了解紅茶整個生產過程，認識茶樹、紅茶文化、親自製作茶帶回家。想體驗自己做茶的樂趣，其實不難，只是要花工序，想窺究了解紅茶整個生產過程需親自體驗，採茶回來後先選茶葉，放在一個竹製的大鍋上，然後用手揉茶葉，一直揉到原本一片片的茶葉捲成一條幼繩似的，再由師傅放入爐烘培；乾燥後便可以入袋包裝。這做法是沒有發酵的茶葉，所以不是紅茶。在整個過程中用手揉茶是最講心機，用力把握要好不能太大也不能太輕，揉茶手留下茶油及茶葉的清香。

製完茶可以坐下來品茶，導師會教你如何依比例泡茶、品茶及鑑定好茶。有熱泡和冷泡，而冷泡茶因為全程未經熱水沖泡，咖啡因的釋出極少，不必擔心晚上睡不着。冷泡茶須知：台茶18號及台茶21號茶冷泡法：茶葉與水約1：100，以6公克茶葉，搭配冷開水，直接置於冰箱冷藏，浸泡約6至8個小時後可以飲用。

高山精品「山里日紅」

「窮究一生以製茶為業」產品總監陳家貴於1981年開始嘗試栽種茶葉，在老師傅茶師帶領下，從於阿里山栽種、採茶、製茶到焙茶，專注打造頂級阿里山高山烏龍、金萱與紅茶，於2012年創建高山精品名茶首選品牌「山里日紅」。

他們有雲舞茗品系列，靈感啟發於阿里山景致「群山、日出、雲海」，從經典中萃取意象元素，透過每個設計細節表達品茶、品生活的美學態度。

台灣新景系列，汲取台灣文化意象，巧妙運用、轉化為包裝設計元素，以紅、綠、藍作為各茶品主視覺色調，並將阿里山沉著內斂氣韻融入包裝之中；三款鐵罐內為一包包散茶，長盒則定調為品茶入門款的袋裝阿里山紅茶。



鳴謝：經濟部中小企業處、中華航空公司、財團法人中衛發展中心



茶莊獨家秘製「東方藏玉」

台灣一些著名茶莊，例如茗蜜茶莊、遊山茶訪、東方茶廠等會有不同的茶讓你挑選，老牌字號茗蜜茶莊就是被稱為茶葉的重地，這裡的茶葉都是真材實料，價錢合理。遊山茶訪專門精選自台灣各茶區優質高山茶，開創頂級品茶的袋裝茶，單一茶集及綜合茶集的系列滿足多種的選擇需求，還有一些產量不多的精品型自家品牌在開發。

東方茶廠由創始人——劉良栽以「良栽」二字為精神開啟茶葉經營事業。傳承於第二代——劉建忠，正式進入專業焙製台灣高山茶時期，以外銷日本及茶行為主。第三代劉弘偉正式接棒茶廠經營，因從小跟着爺爺與爸爸從看茶、作茶、焙茶，累積製茶的經驗與真功夫，是三冠茶王頭銜製茶師，更開發新品牌「東方藏玉」，象徵以如玉好茶、蘊藏東方的精神，其特色是屬手作茶。

東方茶廠就有獨家極品——大禹嶺烏龍王，以三冠茶王製茶技術的烘焙工法，製作出台灣最高山茶葉的獨門特色茶，透澈金蜜黃的茶湯，濃郁甘潤茶香持久。大禹嶺老烏龍精選自大禹嶺茶區，茶氣強勁的茶葉、製茶師經10年以十加二次焙火的工法，焙製保有茶活性的老茶、經陶甕蘊藏、製作出具深厚茶氣的活性老茶。

而黃金炭焙烏龍則具五十幾年歷史傳承的烘焙技術，嚴選自台灣海拔2000公尺以上的頂峰處茶葉，經九焙火、九溫潤慢工細火的工法，焙製道地台灣烏龍的頂級風味茶。

白毫烏龍茶又稱東方美人茶，白毫烏龍茶因飽受山川水氣之薰陶孕育，經小綠葉蟬的滋潤，茶葉品質特殊，蜜香撲鼻。

竹之粹（又叫孝子茶）老闆媽媽患消渴症，他研究這茶給母親喝，可降糖尿的！用採自新鮮孟宗竹，填入杉林溪的茶葉，烘一天停一天，經過30天焙製而成，茶湯甘甜圓潤，性溫和，有利尿功能，對於喜好晚上泡茶又怕睡不着的人，此茶為不錯的選擇。



茶葉名知多少

幾乎全台灣都產茶，質量當然就跟生產地環境有關，各有不同；考考你茶葉名你知多少。

阿里山茶：當然產於台灣嘉義縣的阿里山，地處海拔高度1000米至1500米，阿里山氣候涼爽，阿里山區境內所產茶葉柔嫩、勻稱豐厚，茶味芬芳不苦澀，自然甘甜。

日月潭紅茶：起源是日治時代日本人從印度引進「阿薩姆紅茶」的種子在台灣南投魚池種植，於是開啓日月潭紅茶的盛名。

凍頂茶：原來多數產地於海拔高度600米至800米的地方；在台灣南投縣鹿谷鄉鳳凰山麓高台地，四季寒冷，終年雲霧常罩，故稱凍頂。由於氣候涼爽、雨量充足、土壤肥沃，且日照溫和，晝夜常有雲霧籠罩，是生產優良茶的最佳環境，因此所生產的凍頂茶清香甘醇具有獨特的風味。

祖母綠紅茶：老欉大葉種紅茶是日治時代持木茶區所留下的大葉種品種，製成之茶葉條索有明顯白毫，具天然花果香、口感圓潤，味道甘醇且有後韻。

紅寶石紅茶（台灣山茶）：台灣原生種頂級紅茶，台灣野生山茶是台灣特有原生茶種，嫩芽呈紫紅色，茶湯豔紅，甘醇蜜味，濃郁果香，如紅寶石般的珍貴及稀少；適合原味飲或加檸檬。

紅玉紅茶（台茶18號）：是以台灣野生山茶與緬甸大葉種紅茶配種研生而成的，亮紅的茶色，有天然肉桂與薄荷的香氣，口感清爽甘甜不澀口。適合品原味或加鮮奶飲用。

環珞紅茶（又名台茶8號）：由印度Jaipuri單株選拔而成，於73年命名台茶8號，茶湯色澤鮮紅明亮，前段香氣帶淡淡高雅蘭花香，後段帶有焦糖麥芽香，滋味甘醇。

紅韻紅茶（台茶21號）：母本為印度Kyang，父本為祁門Kimen。茶湯水色金紅明亮，滋味甘甜鮮爽，散發類似柑橘、柚子花的特殊果香，口感濃郁飽滿，是具有高香氣之紅茶新品種，特別適合上班族女性飲用。

蜜香紅茶：小綠葉蟬的口腔會產生兩種唾液，凝膠狀唾液的機能在於保護口腔，水狀唾液則能協助其吸取茶葉的汁液，當小綠葉蟬加害茶樹時，牠的刺吸行為會啟動茶葉嫩芽的JA/ethylene-dependent防禦系統反應，產生jasmonic acid (JA)為基質的香氣化合物，藉此作用散發花果蜜香。

翠峰茶：產地於南投縣清境農場上方的名山翠峰，海拔高度1600米至2200米，翠峰景致清幽、氣候宜人，屬溫帶氣候，地質肥沃而蘊育出翠峰優良茶種。

梨山茶：產地梨山位於台中市和平區，海拔高度2000米至2800米，擁有綿延的青山綠水，四季分明、氣候溫和。梨山華岡茶：梨山茶芽葉柔軟、成長緩慢所以葉面肥厚而大、果膠質含量高，回甘後勁強。

大禹嶺茶：產地是台灣中部中橫公路的最高點，海拔高度1800米至2700米，距梨山約30公裡的位置，也是中橫公路的一個轉折點，在興建中橫公路時，工程相當艱鉅，有如大禹治水，故名為大禹嶺。茶區受合歡山初春融雪之水洗潤培養，香馥濃郁、口感甘醇，為少見的珍品。

杉林溪茶：產地是於溪頭往阿里山的中點，海拔高度1100米至1900米，杉林溪氣候涼爽、雨量豐沛、終年雲霧繚繞，屬沉積地質，盛產茶與竹子，茶區位在落差極大之斜坡面上，生產之茶富含胺基酸，濃郁芬芳多精，呈現出獨特高山茶香特色風味，為著名的高級茶葉。

多煮意

味噌煮秋刀魚

天氣開始涼快起來了！氣候的變化，人體機能也會自然地作出相應的調節，秋高氣爽，涼快的天氣下，人的食慾逐漸增強，所謂春華秋實，秋季是收穫的季節，各種肥美的海產、豐盈的果物相繼登場，這就是日本人經常說的「食慾之秋」。

喜愛吃魚的朋友必定會嚐過鹽燒秋刀魚這道大眾化的日本菜式吧，被形容為庶民之味的秋刀魚，在秋季的時份就會從俄羅斯南游至日本海域，因此9月至11月就是秋刀魚最肥美豐腴當令之時。這期間，在日本的住宅區，晚飯時段必定會嗅到烤秋刀魚的香氣，就跟大家分享一個正宗日本人將鹽燒秋刀魚拆肉享用的方法，以一手輕托原條烤妥秋刀魚的頭部，將魚背轉向天，另一手持筷子沿魚背從頭至尾按壓，經此處理然後再以筷子剖開，一條烤妥的秋刀魚立即骨肉分離。

鹽燒秋刀魚的獨特氣味，被日本人視為「秋の味覺」。這種甘滋的馥香，全賴於魚內近20%的脂肪含量，專家的研究指出，秋刀魚體內的魚脂含有對健康有益的DHA（docosahexaenoic acid）及EPA（eicosapentaenoic acid）。選購秋刀魚時注意魚的眼睛要清澈，魚嘴的尖端呈黃色即是新鮮，市面上出售的秋刀魚約25厘米至30厘米長，超越40厘米的可算是極上之品。

鹽燒以外，嫌單調的話可用味噌煮。

材料：
秋刀魚 6條
鹽 適量
煮汁：
木魚清湯 4杯
糖 2湯匙
清酒 2湯匙
味噌 2湯匙
白味噌 1湯匙
八丁味噌 1湯匙

製法：
1. 秋刀魚清水沖洗後，原條放大托盆上，灑鹽在魚身上靜置約20分鐘；
2. 鹽溶化，魚身上冒出水珠狀之後去掉頭、尾、內臟，沖洗乾淨，吸乾水份，切約5厘米長段；
3. 木魚清湯注入鍋內燒沸；
4. 剩下的調味料放入鍋內拌勻成為煮汁；
5. 將秋刀魚段放入煮汁內，煮至沸騰後轉中小火煮45分鐘即成。



■文、攝：小松本太太

着數Guide

領展街市廿四節氣烹飪示範

領展為推廣健康飲食文化，邀請了香港中文大學中醫學院院長梁榮能教授及楊明霞中醫聯同名廚張錦祥（Ricky），根據廿四節氣的特性設計出24款糅合中西元素的養生食療，並將烹飪秘技及食譜傳授給領展街市服務大使。領展旗下樂富街市、大元街市及H.A.N.D.S街市的服務大使透過主持「領展街市廿四節氣烹飪示範」，以街市檔戶的新鮮食材即席炮製菜式，與眾顧客分享滋味美食及烹調心得，藉着活動凝聚歡樂的氣氛，建設和諧社區。



適逢中秋節，名廚張錦祥特別推介廿四節氣的中秋節菜式，為顧客帶來健康飲食新「煮」意，顧客只需由即日起至2016年4月期間的指定周六下午到上述街市，即可免費觀賞烹飪示範兼試食，例如，9月12日（白露）XO醬雪梨沙葛炒蝦仁、9月26日（秋分）豆瓣南瓜燴魚、10月10日（寒露）咸排骨蘿蔔魚湯、10月24日（霜降）楊桃玉米炒魚鬆等，於下午2時30分至3時（第一場）及下午4時30分至5時（第二場）作烹飪示範。

領展 中秋送禮

香港文匯報 WEN WEI PO

領展特別為本報讀者送出中秋禮品，禮品為中秋燈籠，名額共50位。如有興趣的讀者，請剪下此文匯報印花，貼於信封背面，連同HK\$10 A4回郵信封郵寄至香港仔田灣海旁道7號興偉中心3樓副刊時尚版收，封面請註明「領展中秋送禮」，截止日期：9月9日，先到先得，送完即止。



文：雨文