

# 港人三月養生遊 化身茶農拾園趣



一年春茶上市之際，採茶姑娘田間忙於採摘。本報深圳傳真

## 春來



### 粵港澳生活匯

陽春三月，又到一年春茶上市之際，綠意盎然的茶園已是風光無限。對於熱愛養生的港人來說，茶就是養生佳品。廣東作為內地重要的產茶大省，有英德紅茶、潮州單叢茶、仁化白毛茶等名品，更有英德英紅茶園、梅州雁南飛、大埔西岩山等以茶文化為主題的茶園旅遊地。港人不妨尋着春茶的芳香，來一個原生態的茶園休閒度假之旅，到廣東省內的著名茶葉基地，化身茶農在茶山上採茶、茶園裡炒茶、茶莊裡品茶，盡情舒展筋骨，休閒康體，擺脫工作的疲勞，釋懷縱情。

■香港文匯報記者 郭若溪 廣東報道



#### 1、英德積慶里紅茶谷：

##### 「英紅九號」純正飄香

在農業部公佈的2014年「中國十大美麗田園」名單中，位於廣東省英德市橫石塘鎮的積慶里紅茶谷，成為廣東省唯一獲此殊榮的特色茶園。紅茶谷毗鄰石門台國家級自然保護區，區內獨特的地理環境和氣候條件，不僅有保存完好的原生態植被，還有豐富的物種資源和美麗的田園景觀。紅茶谷種植有3,000畝「英紅九號」，周圍峰巒連綿、水源充沛、奇洞遍佈，各類大小茶場就建在地勢開闊的丘陵緩坡上，春季採茶顯得富有詩情畫意。

#### 中下旬採摘好時機

在英德，採茶之旅的地點當屬仙湖度假區的「積慶里古村」和市區西郊馬口的茶趣園。茶趣園是英德市茶樹良種繁育示範場開闢成的旅遊觀光茶園，佔地面積逾千畝，青山相依、綠樹映襯、空氣清新濕潤，雲霧繚繞，一片片茶樹依着山勢起伏，猶如鋪就的綠色地毯一般。據英德紅茶怡品茗負責人介紹，今年受1月的寒潮影響，早春茶採摘時間普遍比去年推遲7天左右，3月中下旬正是採摘的好時機。

來到中國紅茶之鄉，喜愛採茶品茶的港人絕對要喝上一杯純正飄香的積慶里「英紅九號」，細細體味一番好山好水好茶的自然饋贈。品茶之餘，港人還能享受充滿春天氣息的自然風光，在遼闊的茶園盡情取景，家庭親子在茶山間暢快騎行。

對茶文化有興趣的港人還可聆聽場裡的農藝師講解各種茶葉的品飲方法，以及辨別茶葉真偽、優劣的方法；亦可跟隨身穿採茶服的採茶姑娘們，戴竹笠，挎上茶籃，到茶園中去識別各種茶樹，到製茶廠學習各種茶的製法，在製茶棚裡親自動手採茶、晾茶、炒茶等，感受一番採茶的樂趣。

★**特色美食：**英德的北江河鮮、茶油雞、搗茶粥、捲筒糍、大灣菜包、西牛筍乾等都是英德代表美食。

#### 2、潮州鳳凰山：

##### 「千年茶王」馳名

作為潮汕地區第一高峰的鳳凰山，是內地著名的產茶區之一，有茶場2萬多畝，其出產的鳳凰單叢更是揚名海內外。鳳凰山上古茶林遍野，在鳳凰鎮海拔高度1,391米的烏嶼山李仔坪村泰石鼓的地方，有一棵號稱「千年茶王」的宋種單叢，是當今鳳凰名茶中最古老的一棵，因樹老、種奇、香異、名字多變而馳名。



鳳凰山茶園層層如海的梯田。受訪者供圖

## 吐納山水間 更香



### 廣東茶園「十大」

#### 廣東十大茶鄉：

■ 韶關市曲江區羅坑鎮、韶關市仁化縣紅山鎮、河源市和平縣青州鎮、梅州市大埔縣、梅州市梅江區西陽鎮、惠州市博羅縣柏塘鎮、江門市開平市大沙鎮、陽江市陽西縣東水山茶鄉、清遠市英德市、潮州市鳳凰鎮。

#### 廣東十大名茶：

■ 「猴采紅」牌原生態高山紅茶（紅茶）、「樅中樅」牌鳳凰蜜蘭香單叢茶（烏龍茶）、東水山茶（紅茶）、金螺春綠茶（綠茶）、「凱達」牌香妃翠玉（烏龍茶）、莞香茶（特種茶）、「像窩」牌雲大紅茶（紅茶）、童石石坪頂茶（綠茶）、「華煌」牌紅茶（紅茶）、寶溪口高山有機茶（綠茶）。



港人不妨化身採茶姑娘或茶農，在茶山上採茶拾園趣。本報深圳傳真



茶農在製茶。受訪者供圖



英德紅茶谷茶農採茶實況。受訪者供圖



英德紅茶谷盛產純正「英紅九號」。受訪者供圖

春季到鳳凰山遊玩，不僅可以觀賞山間的獨特風景，還可以看到漫山遍野「梯田式」的茶園，欣賞採茶人在茶田間採摘新綠。據當地茶農介紹，挑選品質好的春茶要旨便是「色香味」，新茶顏色鮮艷，葉芽原料要細嫩，氣味清香，爽口回甘，綠茶沖泡後湯色清透。

茶、映山紅紅茶等品種。在生產、製造各式名茶的同時，也提供採茶體驗、茶藝表演等項目。

茶藝功夫茶分為傳統功夫茶和現代功夫茶兩種，泡飲流程共有18道工序，前12道由茶藝師表演沖泡流程，後6道主要品飲，取一小撮新茶，挑選透明玻璃杯，放入其中，衝入85度左右的熱水，看嫩綠的茶葉在水中起伏，細品一口，回味茶香之餘，也細細品味從嫩芽到新茶的奇妙之旅。

★**特色美食：**度假村內按客家土樓的建築結構建造的圍龍食府出品客家鹽焗雞、農家梅菜扣肉等傳統客家菜，客家小吃有蒸菜、味醇板、三及第湯、客家梅州醃麵等。以木薯與芋頭澱粉為主要原材料製作而成的客家算盤子則是一道客家傳統小吃，既能做菜，又能當主食，其口感既彈又爽滑，味道香滑，鮮美可口。

#### 4、大埔西岩山茶鄉：

##### 「名山名寺出名茶」

俗話說「名山名寺出名茶」，梅州大埔的西岩茶或許便是例證之一。西岩山是大埔縣鳳凰鎮名山，主峰海拔1,256米，山上的西岩寺據稱是極負盛名的西岩茶的來源地。朗朗春日，到訪坐落於此的茶鄉度假村，不僅可以在園內2萬多畝的白葉單叢和黃枝香間穿行，更可以一採名山、名寺與名茶的關係，在滿園春色間細品西岩茶。據當地茶農介紹，採摘茶葉看似簡單，實則需要超強的洞察力和判斷力，熟練的採摘方法只要將拇指與食指捏住嫩葉底部，輕輕一提，便可採下，這樣既不會傷茶，又不會影響口感。通常剛採摘下的嫩芽，顏色翠綠，茶香濃郁。隨後將新鮮的嫩芽攤開在簸箕裡，晾曬半日便可收穫到清爽的茶香。茶葉製作過程中最吸引人的環節便是炒茶，炒製的過程中，雙手要不斷地在炒鍋中翻動，直至茶葉中的水分所剩無幾，濃濃的茶香飄散而出。

#### 3、雁南飛茶田度假村：

##### 泡功夫茶茶藝之旅

客家人好客也好茶，在梅州市梅縣雁洋鎮葉劍英元帥故鄉，有一個背靠陰那山省級風景名勝區的雁南飛茶田，是一個融茶葉生產、生態公益林改造、園林綠化、旅遊觀光、度假於一體的生態農業示範基地和旅遊度假村，亦是廣東省內最出名的以茶文化為主題的景區。園內已種植白葉單叢為主的標準化茶田2,600畝，富含清新乾淨的負離子空氣，如今正是採茶時節，港人遊玩之餘還可以戴上斗笠、捋起褲腳當一回茶農，投入到採茶的勞作中。雁南飛茗茶主要有金單叢烏龍茶、自然香烏龍茶、金桂蘭烏龍茶、人參烏龍茶、金觀音烏龍茶、桂花烏龍茶，以及特製的茉莉花綠

### 跟蹤在 有看數

#### 交通指南

##### 1、英德積慶里紅茶谷

**地址：**廣東英德市茶園中路28號（皇朝賓館隔壁）  
**交通：**高鐵到英德西高鐵站，換乘巴士到英德客運站，轉城鄉班車到積慶里紅茶谷。  
**自駕：**樂廣高速線：機場高速—樂廣高速—英紅出口—積慶里紅茶谷

##### 2、潮州鳳凰山

**地址：**廣東省潮州市潮安區鳳凰山  
**自駕：**從潮州市區出發，經S231到達鳳凰鎮。

##### 3、雁南飛茶田度假村

**地址：**梅州市梅縣雁洋鎮長教村  
**自駕：**廣州自駕經廣河高速、梅河高速轉梅龍高速，三鄉/砂田出口下走S224線到達。

##### 4、大埔西岩山茶鄉

**地址：**梅州市大埔縣鳳凰鎮西岩山  
**自駕：**廣州自駕經廣河高速接梅河高速轉梅龍高速，大埔/三河出口下走S333轉S221按路牌指示到西岩山茶鄉。

#### 1、2016深圳首屆毛棉杜鵑節

**日期：**即日起至4月3日  
**地點：**深圳梧桐山  
■ 梧桐山的毛棉杜鵑是深圳市唯一的高山杜鵑，有近10萬株毛棉杜鵑，全部是野生自然生長繁殖，在這裡，高2米的大樹就有5萬多棵。每年3至4月是毛棉杜鵑花綻放的季節，繁花似錦，燦若雲霞，蔚為壯觀。  
**地址：**羅湖區蓮塘羅沙路2076號  
**交通：**從羅湖口岸、火車站出

發，自駕約10公里。

#### 2、深圳福田香格里拉咖啡自助餐

**供應燕窩周末自助餐**  
**日期：**即日起至4月8日（每周五、周六晚上6點至10點）  
食品包括燕窩蛋撻、燕窩木瓜布丁、紅棗薑汁燕窩糖水、青檸燕窩忌廉、燕窩日式嫩蛋、三文魚燕窩花卷配菠菜和白酒汁、火焰吞拿燕窩壽司、竹筍鮮蝦慕斯配燕窩等。  
**價格：**每位398元人民幣，6至11歲兒童半價。價格需加收15%的附加費。

訂位電話：86-755-21513838

#### 3、第14屆粵港萬人相親會

**日期：**3月20日（星期日）  
**地點：**東莞樟木頭觀音山景區  
該活動已成功舉辦了13屆，吸引近8萬名粵港單身參加，6,000多對單身現場成功牽手。  
**活動免費大巴接車點：**深圳羅湖人民南路海燕大酒店、深圳福田深南大道香蜜湖停車場（地鐵羅寶線香蜜湖站B出口）。

### 福田復活節「愛麗絲趣遊記」活動優惠

復活節深圳福田香格里拉推出「愛麗絲趣遊記」等親子活動，包括尋找復活節彩蛋、歡樂蹦床，在兔子樂園裡餵養小白兔，現場畫出可愛圖案等。在鮮咖啡精心打造了「愛麗絲仙境」，享用復活節主題早午餐時遇到可愛的大白兔、逗趣的小丑和美麗的愛麗絲，有現場樂隊演奏小朋友喜愛的兒歌。  
憑印花每位398元人民幣，包括汽酒、葡萄酒、啤酒、鮮榨果汁、各種飲料、咖啡以及茶。  
早購優惠：3月25日之前預訂並付款可享特價優惠每位358元人民幣。  
以上價格均需加收15%的附加費。6至11歲兒童享受半價優惠，6歲以下兒童免費。  
預訂電話：86-755-2151 3838

