第一图书网, tushu007.com

<<乌龙茶 普洱茶 红茶>>

图书基本信息

书名：<<乌龙茶 普洱茶 红茶>>

13位ISBN编号：9787501990139

10位ISBN编号：7501990131

出版时间：2013-1

出版时间：王缉东 中国轻工业出版社 (2013-01出版)

作者：王缉东 编

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

<<乌龙茶 普洱茶 红茶>>

内容概要

《乌龙茶 普洱茶 红茶》里有比绿茶更多传奇故事——乌龙茶浓郁诱人的香气从何而来？
普洱茶除了有生有熟还有什么？
红茶那一抹温暖浓艳的红从何而来？
《乌龙茶 普洱茶 红茶》将一一为您解答。
《乌龙茶 普洱茶 红茶》里还有30余种人气茶品及冲泡，使您轻松变身茶博士！
《乌龙茶 普洱茶 红茶》主要内容包括：乌龙茶之性格、乌龙茶之姿容、名品乌龙茶鉴赏与泡饮、乌龙茶之喜好、普洱茶之性格、普洱茶之姿容、普洱茶的鉴赏和泡饮等。

作者简介

王缉东（东方茶韵国际文化交流中心），70年代人，中国摄影家协会会员，中国艺术摄影家协会会员，中国民俗摄影协会会士，茶书策划人、拍摄者、著作者，著有《茶马古道茶意浓》《轻松品饮普洱茶》等书，其团队参与工作出版茶书十余种。

书籍目录

PART1乌龙茶 奇香迥异，令人驻足难忘 一、乌龙茶之性格 1.乌龙茶的种群 2.乌龙茶的“ 枞 ” 3.乌龙茶香知多少 4.乌龙茶的香有几种闻法 5.造成乌龙茶迥异香气的原因 二、乌龙茶之姿容 1.乌龙茶干茶形状 2.美丽多变的茶水色 3.乌龙茶的香气描 4.绿叶红镶边 5.有的乌龙茶也喝陈 三、名品乌龙鉴赏与泡饮 1.乌龙茶另一无可比拟的丰富性——冲泡之美 2.乌龙茶鉴赏 （1）闽北乌龙茶 大红袍 白鸡冠 铁罗汉 水金龟 武夷肉桂 武夷水仙 （2）闽南乌龙茶 铁观音 永春佛手 本山 毛蟹 （3）广东乌龙茶 凤凰单枞 冰鲜单枞 （4）台湾乌龙茶 冻顶乌龙 东方美人 文山包种 3.乌龙茶的冲泡 （1）闽北泡法 紫砂壶冲泡大红袍 （2）闽南泡法 安溪盖碗泡铁观音 （3）广东泡法 泥壶冲泡凤凰单枞 （4）台湾泡法 冲泡洞顶乌龙茶 四、乌龙茶之喜好 1.喝乌龙茶的环境和心境 2.乌龙茶喜欢的水温、壶和杯具 3.平时杯泡乌龙茶最大的要点 4.乌龙茶品饮勿口急，勿长时间、大量、空腹饮茶 5.如何存放乌龙茶 6.乌龙茶之保健 PART2普洱茶 普洱茶——回望前生的悠远陈韵 一、普洱茶之性格 1.普洱茶产自彩云之南 2.和普洱茶一起炙热的茶马古道 3.与普洱茶伴生的人们怎样用茶 4.最被人关注的问题——陈年 二、普洱茶之姿容 1.比较被关注的问题——茶树树龄 2.最常被论及到的话题——生与熟 3.普洱茶都是茶饼吗 4.熟普洱从细到粗的分级对比 三、普洱茶的鉴赏和泡饮 1.普洱茶的鉴赏 （1）熟普洱茶 宫廷普洱饼茶 樟香熟普洱茶 普通熟茶 （2）生普洱茶 存放在云南的普洱茶生茶 存放了5年的普洱茶生茶 存放了10年的普洱茶生茶 存放了20年的普洱茶生茶 存放在北京的普洱茶生茶 存放了2年的普洱茶生茶 存放了5年的普洱茶生茶 （3）特色普洱茶 老茶头（熟普洱茶） 普洱茶膏 螃蟹脚 谷花茶 2.普洱茶之泡饮 时下流行的普洱杯 普洱茶冲泡的特殊之处 普洱茶的泡饮 飘逸杯泡饮普洱茶 小壶冲泡普洱茶 盖碗冲泡普洱茶 生熟茶调饮 冲泡菊花普洱茶 四、普洱茶之喜好 1.普洱茶更爱干净 2.泡普洱茶用什么茶具最好 3.喝普洱茶的环境和境 4.普洱茶——健康的协管员 5.如何存放普洱茶 6.如何选购普洱茶 PART3红茶 红茶——深情明丽，温馨满怀 一、红茶之性格 1.红茶的红色从哪里来 2.女子多爱饮红茶 3.性情最温柔的茶 二、红茶的姿容 1.世界的红茶源自中国武夷山桐木 2.中国著名红茶 3.世界著名红茶 4.下午茶时光 三、红茶的鉴赏和泡饮 1.红茶的鉴赏 正山小种 祁红 C.T.C红碎茶 滇红 金骏眉 宜红 2.红茶的泡饮 冲泡清饮红茶 冲泡奶茶 冲泡柠檬红茶 冲泡咖啡红茶 冲泡薄荷冰红茶 冲泡柠檬冰红茶 四、红茶的喜好 1.红茶喜欢器具美 2.喝红茶的环境和心境 3.红茶的功能 4.保存方法 问和答： 1.乌龙茶的Q&A 2.普洱茶的Q&A 3.红茶的Q&A

章节摘录

版权页： 插图： 快节奏，高压力的生活和工作，致使都市人群的亚健康状态愈来愈严重，绿色、健康、环保的生活理念及方式也随之愈来愈受到现代人的推崇。
普洱茶之所以如此大受欢迎，跟它具有独特的保健功能有很大的关系。
预防心血管疾病，调理高血压症状 普洱茶能帮助饮茶者防止血液和肝脏中烯醇和中性脂肪积累，增强血管壁的弹性，预防动脉硬化和脑溢血，还能增进心脏活动和微血管扩张，起到降低血压的作用。
饮用普洱茶使人血管舒张、血压下降、心率减慢，对高血压和脑动脉硬化有一定的预防作用。
调理血脂，有助减肥 紧张的工作压力使人精神紧张，生活忙碌而无序。
在压力之下，不合理的饮食结构、营养过剩和缺少运动等不良生活习惯容易使人因摄入过多脂肪而发胖。
普洱茶有抑制肝脏胆固醇合成的作用，并可以有效降低血液中的胆固醇、甘油三酯以及游离脂肪酸含量，并增加粪便中的胆固醇排出量，同时还能抑制低密度脂蛋白氧化的作用。
因此长期饮用普洱茶能使胆固醇及甘油三酯减少，促进新陈代谢，净血降脂，减肥轻体，使肌体更加健康而有活力。
不伤肠胃，调理消化道，缓解便秘 经过发酵的普洱熟茶茶性温和，只要饮用浓度适宜的普洱茶，就不会对人的肠胃产生刺激，甚至可以养护、调理肠胃，促进胃液分泌，帮助消化，缓解便秘，对消化系统健康大有裨益。
抗癌、抗辐射 茶叶中抗癌的有机物主要是茶多酚、茶碱和多种维生素，抗癌的无机物主要有锌、钼、锰等。
茶多酚抗氧化与抗辐射的能力之强早已受到营养学界、医学界的重视。
实验证明茶多酚的作用高于维生素E的作用。
在茶叶中，云南普洱茶更有利于防癌和抗辐射。
在中国的众多的茶区中云南为中国一类茶区，由于云南当地土壤资源优秀，气候适宜，雨水丰富，非常适合茶叶的生长。
且普洱茶采用云南的大叶种茶树，茶叶中内含物质丰富，且其耐泡，因此抗氧化、防辐射作用更加强劲。
围抗衰老、美颜 普洱茶的抗衰老作用源于茶叶所含草鞣酸的抗老化功效是维生素E的18倍，茶多酚能有效阻断人体内自由基活性，儿茶素有抗氧化、抗衰老作用。
云南大叶种茶所含儿茶素总量高于其他茶种，抗衰老作用强于其他茶类。
同时，普洱茶在加工过程中，大分子多糖类物质转化成了大量新的可溶性单糖和寡糖，维生素C成倍增加，这些物质对提高人体免疫系统的功能发挥着重要作用，起到了养生健体、延年益寿的作用。
曾经被誉为“老人茶”的普洱茶，如今又有了另外一个美誉，被人们称为“女人一茶”。
原因是普洱茶能调节新陈代谢，促进血液循环，调节人体，自然平衡体内机能，因而有美容的效果，因此就被称为“女人茶”和“美容茶”。
有效促进血液循环 冷症为血液循环不良的结果，同时也是女性常有的症状。
普洱茶具有促进血液循环，使身体温暖的功效，在茶中放几片干姜，效果更佳。

编辑推荐

《乌龙茶 普洱茶 红茶》由中国轻工业出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com