

谷雨养生还应“捂”

谷雨指雨水增多,大大有利于谷类农作物的生长,每年4月19日~21日视太阳到达黄经30°时为谷雨。暮春里气温升高雨水增多,有利于细菌病毒的滋生,谷雨以后“百草回芽,旧病萌发”,所以扶助正气防病养生很重要。老人、儿童不宜过早减少衣物,适当捂一捂可减少常见的呼吸系统疾病和感染性疾病。肚脐为“神阙”穴,是邪气入侵人体的通路,尤需保暖呵护,肚脐腰部受寒感邪,多种疾病会接踵而至。

量少质优贵如金

珍贵“明前茶”上市飘香

“待到春风二三月,石炉敲火试新茶。”随着清明节到来,又到了春茶上市的季节。而春茶又以“明前茶”最为珍贵,所以有“明前茶,贵如金”的说法。近日,记者了解到,珍贵的“明前茶”已在山东市场陆续上市,尤其是日照绿茶也罕见地采到了真正的“明前茶”,备受广大茶友欢迎。

日照绿茶

首采“明前茶”

“日照绿茶终于有名副其实的‘明前茶’了。”近日,山东日照圣谷山茶场负责人高建华告诉记者,由于今年气温较往年同期偏高,没有

出现倒春寒,加上优质的茶园管理和优良的品种等原因,4月4日清明节前一天,圣谷山茶场首次采制出了“明前茶”。

对此,山东农业大学茶学专家表示,这应该是日照历史上首次采到真正的“明前茶”。由于清明节前气温较低发芽数量有限,能达到采摘标准的产量很少,尤其是在天气较为寒冷的北方,真正的“明前茶”十分罕见。“特别是北方经过冬季冰雪淬炼的茶树受虫害侵扰少,体内养分得到充分积累,此时芽叶细嫩,氨基酸含量更高,具有苦涩味的茶多酚含量相对较低,茶叶香气醇厚,品质非常好,这样的‘明前

茶’弥足珍贵。”专家表示。

据圣谷山茶场负责人介绍,此次圣谷山茶场采摘的“福鼎大白”品种属于有机茶树,炒制出的也是名副其实的有机“明前茶”,尤为珍贵。此次仅炒制出6斤左右,售价为每斤3.2万元。

明前龙井

茶市唱主角

对于“明前茶”大户——龙井而言,今年仍是春茶市场上的主角,特别是优质生态龙井,甫一上市,即受到爱茶人士的追捧。

浙江磐安县清连香名茶有限公司负责人告诉记者,受春节后冷空气影响,今年



茶之道

齐鲁晚报

B06

2014年4月8日 星期二
编辑:徐洁
美编:官照阳 组版:韩舟

相关链接

如何辨别新茶与陈茶

清明节期间新茶陆续上市,一些不法商贩借机用陈茶重新加工,冒充新茶。那么到底如何辨别新茶与陈茶呢?对此,山东日照圣谷山茶场相关负责人推荐了几种实用的识别新茶和陈茶的方法:

- 1、观色法:新茶颜色鲜、绿意明显,陈茶则色泽发暗、发黑,绿意明显比新茶差。
- 2、辨味法:新茶香味浓郁,新鲜自然,陈茶香味偏淡,缺少鲜味。个别商家陈茶能够熏上香味,但这样的茶香味不够纯正,只要仔细,一般能够辨别出来。
- 3、干湿分辨法:新茶上市,刚刚炒制出来,一般比较干燥。陈茶因放置时间较长,返潮影响会使茶叶手感稍重,用手摩擦,会发现没有清脆的摩擦音。
- 4、辨别细毫法:许多绿茶炒制成形后,能够形成自然的细毛,这样的茶叶一般是芽尖,价钱比较贵。喝起来口感清爽、甜香,是茶叶中的名品。但放置时间长了,会使细毛凝聚成不易察觉的小团,这样的茶叶泡出来色香味都大打折扣。新茶细毛自然连接在叶片上,尚未脱落。

“约会白沙溪黑茶”有奖征文 黑茶陈香,助我健康

卜玉娟

去年10月,朋友从湖南安化旅游回来,送给我一大包“白沙溪黑茶”。她介绍说,这是一种神奇的饮品,不仅陈香浓郁,而且还有助于消化解油腻、补充膳食营养等。

起初,我半信半疑,但是喝过一段时间后,我发现朋友的话果然不假。

我自幼体质较羸弱,到了中年患上了慢性胃病,虽说后来治愈了,但是消化能力还是大受影响,特别是对最喜欢吃的肉食,总是“心有余而力不足”。每年过春

节,自己都会因为饮食上油水过多而让肠胃不堪重负,胃病总会“死灰复燃”,让我痛苦难耐。

谁料想,今年春节竟出现了奇迹:和往年一样,大过年的,总免不了多吃些鸡鸭鱼肉,可今年胃胀胃疼的老毛病却一点都没犯。这真是神了。

自己回想起来才发觉,春节前的两个月里,我已经养成了喝“白沙溪黑茶”的习惯。每天三餐后,便饮上一杯,满口余香不说,还让我感觉通体舒服。按照朋友的介绍,这种黑茶与其它茶叶不同,采用的是“杀青、初揉、渥堆、复揉、烘焙”工

艺流程,在后发酵中产生了“益生菌体”,再加上茶叶本身含有的维生素、矿物质等营养成分的综合作用,不仅能健身强体,其中的“益生菌体”还有助于消化、解油腻。看来这就是我今年春节后胃病没有再犯的“诀窍”所在吧。

“白沙溪黑茶是一种很好的绿色健康饮品,长期饮用还能延年益寿呢!”朋友知道我的身体状况改观后又高兴地打来电话介绍它的好处。事实胜于雄辩!我的亲身经历,让我对白沙溪黑茶更加喜爱。

这正是“黑茶陈香,助我健康”!

征文启事

征文主题:我和白沙溪黑茶有个约会

第一期征文奖品:
一等奖(10名):湖南安化白沙溪茶团免费游;

二等奖(20名):免费参加茶友品茶会(济南),获赠精美茶礼;

三等奖(100名):白沙溪黑茶礼包一份。

投稿方式:发送到:bsxhcsd@163.com或邮寄到:济南市经十路16122号齐鲁晚报健康编辑部,邮编250014。

类风湿:教你一绝招

类风湿俗称“不死的癌症”,轻者手脚关节红肿热痛,重者全身疼痛瘫痪在床,患者痛不欲生。我国著名老中医郭来旺教授(现任山西交口类风湿医院院长)有一绝招:他采用吕梁山区特有的棕褐沙林蚁为君药,配以人参、乌梢蛇、蜈蚣等数十味名贵中药经九九

八十一天高倍浓缩成胶囊,药劲大,药性猛。郭老说:类风湿是免疫系统疾病,治疗首先要补肾、大补元气提高免疫治其本,然后祛风除湿修复关节滑膜治其标,这样标本兼治才能除根。棕褐沙林蚁富含其它蚂蚁不具有的高能磷酸腺苷和草体蚁醛等几十种微量元素,

不但能大补元气,更能修复滑膜,再配以人参、乌梢蛇等名贵中药加强药效,实在是类风湿治本除根的良药。30年来郭教授用此方已治愈数十万类风湿患者,无一人复发,几十年的顽疾只需连续服药60天左右就能彻底康复。2007年郭老教授的秘方因疗效确切获得国家

新药证书,命名为【蚁参蠲痹胶囊】(国药准字Z20073241)。郭老教授也因此卓越贡献被誉为“中华治骨第一人”。据悉【蚁参蠲痹胶囊】已在济南经二路172号国营真正医药总店畅销8年余,详情拨打专家热线0531-86272430(现买15送3,全省免费送货,货到付款)。

“明前茶”冲泡有讲究

“明前茶,贵如金。”如此珍贵稀缺的茗茶,冲泡自然也有很多讲究。浙江磐安县清连香名茶有限公司相关负责人向记者介绍了冲泡“明前茶”的注意事项:

- 1、刚炒制好的明前茶最好不要马上喝,新茶要先放上一到两个星期,味道会更好。经过适当的存放,不仅可以去掉“火”味,而且还可以降低干茶的水分。
- 2、冲泡明前茶不要用沸水。由于明前茶都比较细嫩,一般以80度左右为宜。茶叶愈嫩、愈绿,冲泡水温越低,这样泡出的茶汤才能嫩绿明亮,滋味鲜爽,茶叶中营养成分也较少破坏。
- 3、最好选用玻璃杯冲泡。明前茶不仅要求汤绿、味鲜、香气馥郁,而且还要求形美。

本刊记者 宿可伟

血管瘤医院 主治:婴幼儿血管瘤、鲜红斑痣、儿童血管瘤 (红胎记、青胎记) 鲁医广【2013】第08-13-196号 0531-89002222 济南市中区济微路125-7号 www.jnxgl120.com	周围血管病医院 主治:静脉曲张、脉管炎、动脉硬化闭塞症 鲁医广【2013】第08-13-196号 0531-81301111 济南市中区济微路125-7号 www.jnjmqzzy.com	哮喘病医院 主治:哮喘、儿童哮喘、老慢支、慢阻肺、肺心病、慢性咳嗽等。 鲁医广【2013】第04-10-051号 0531-66621111 济南市英雄山路412号 www.jnxcbyy.com	嘉乐不孕症医院 主治:生殖健康与不孕症专业 鲁医广【2013】第12-12-021-3701号 0531-6777 7777 地址:济南市玉函路、土屋路交叉口 www.jn1212.com	骨科医院 主治:腰椎间盘突出、关节炎、股骨头坏死、强直性脊柱炎 鲁医广【2013】第01-14-005号 0531-67966666 济南市英雄山路36号 www.jngk.cn	神康医院 主治:失眠抑郁、精神疾病、心理疾病 鲁医广【2013】第01-14-005号 0531-88120120 济南市历下区工业南路41号 www.jnksyy.com
--	--	--	--	---	--