

## 茶叶的健康价值在于茶多酚

茶能起到养生的作用,其最主要的原因在于茶叶当中含有茶多酚的元素成分。国家的茶饮品标准也是根据茶多酚的含量来判断茶饮品的重要指标之一。每千克茶饮品当中含有的茶多酚元素必须要大于三百毫克。

茶多酚能解毒抗辐射。其进入人体后会有效的阻止放射性的物质侵入到骨髓当中。被医学家们称为辐射的克星。不仅如此,茶多酚对于抗衰老及抑制心血管疾病等,都起到显著的作用。



齐鲁晚报

今日潍坊

D03

2013年11月18日 星期一

编辑:马媛媛

美编 组版:杨茗捷

茶之道

### 日照秋茶直供潍坊

# 最后20斤! 先到先得



本报11月17日讯(记者马媛媛 韩杰杰)为答谢广大潍坊市民,日照茶农将优质的秋茶日照绿直供潍坊。短短一个月,秋茶遭到潍坊市民的抢购。目前,仅剩最后20斤,先到先得,抓紧抢购。

日照高级制茶工、国家级茶艺师战仁海介绍,这些秋茶是日照茶农为答谢潍坊市民今夏的爱心活动,在原本就产量紧张的情况下预留的。他说,今

年日照干旱少雨,有的茶树叶子都干死了,日照绿茶的茶叶减产严重,茶叶的价格一直居高不下。以这次回馈潍坊市民的南湖晚秋和西湖晚秋为例,在市场上,同等品质的秋茶有的能炒作到6000元到8000元一斤。所以,他希望市民能够共同分享茶农的这份情意,让更多人品尝到好茶。

目前,仅剩最后20斤好茶,市民可以到本报编

辑部(福寿街与北海路交叉口金诺大厦十楼)抢购。对于很多市民关心的绿茶保存方法,战仁海介绍,绿茶茶叶最佳保存温度为0-5℃。温度过高茶叶中的氨基酸、糖类、维生素和芳香性物质则会被分解破坏,使质量、香气、滋味都有所降低。对市民来说,冰箱保存法比较实用,可以将绿茶装入密度高、高压、厚实、强度高、无异味的食品包装

袋,然后置于冰箱冷冻室或者冷藏室。此法保存时间长、效果好,但袋口一定封牢,封严实,否则会回潮或者串味,反而有损绿茶的品质。

目前,好茶分享价由原来的南湖晚秋258元一斤、西湖晚秋288元一斤,改为统一售价258元一斤,预售热线为18663676778,喜欢的市民可以直接电话预定。



茶道

## 以茶待客有讲究

我国是礼仪之邦,在生活中可以说是处处有礼仪,餐桌上、待客时、不同场合见面时等等,可以说在中国,讲礼仪不仅是人们的习惯,也是衡量一个人是否有素养的关键。

我们在家中有时需要接待客人,在公司需要接待顾客等等,在这些场合,以茶待客就成为了最为妥当的礼仪。那么,以茶待客的过程中应该讲究什么呢?这里就来说说以茶待客须知的三大讲究。

一是茶具要清洁。在客人进屋或者进办公室后,我们应该先给他让座,在他坐好后再进行备茶及煮水的动作。这里的

第一步即是要做好泡茶的准备,除了让座、备茶、煮水、准备好茶具外,就需要做好茶具的清洁工作。

首先,在知道有客人来访前,我们应该把久未用的茶具进行一个清洗。而在客人来访后,我们就需要用煮好的开水冲烫一下茶壶、茶杯等茶具,这样就能够显得有礼而卫生。而如果是在公司,茶杯多是用一次性杯子来替代,而一次性杯子在装茶水时容易烫手,这时就要主要事先给一次性杯子套上杯托。

其次,对于茶叶的用量,如果客人没有主动介

绍自己喜欢偏浓和偏淡,我们就自己把握,做到适度。

最后,就是茶叶的冲泡了。茶叶冲泡的整个过程应该流畅,让人感受到从容不迫的美。

二是端茶要得法。茶叶冲泡好后,我们就应该倒茶了。注意,无论是怎样的茶杯,我们在倒茶时都不应该倒太满,这样不仅容易溢出,还容易烫伤自己和客人。当然倒茶也不能倒得太少,这样会显得没有诚意,因而有茶满八分的说法。

在倒好茶后,就需要端茶给客人品饮了。对于端茶,我国的传统习惯

是:只要双手不残废,都是必须用双手给客人端茶的。除了这个需要注意外,双手端茶的姿势也有讲究,情况还分为两种。

一种是对待有杯耳的茶杯,可以一手抓杯耳,另一手托杯底端给客人;另一种对待无杯耳的茶杯,应尽量一手扶住杯身,一手托好杯底端给客人。

三是要给客人添茶。要时刻关注客人的杯子是否已经不满,这时候你就要去添茶。喝茶时保持人的杯子都有茶是也是一种基本的礼貌。而添茶的顺序当然是要先给上司和客户添,最后才到自己。

### 如何鉴别

### 正宗的金骏眉红茶

红茶之珍品金骏眉。金骏眉红茶虽然比较珍贵,但也阻挡不了茶叶爱好者的喜爱。大家在市场上购买金骏眉红茶的时候需要怎么去鉴别其是否正宗呢?假金骏眉红茶在以下细细鉴别当中可谓是无可遁形。

1、视觉颜色。包括干茶的外形以及冲泡后的颜色变化。正宗的金骏眉干茶颜色多半是以黑多黄少的为主。还相间一些银色及褐色。

而冲泡开后的金骏眉红茶颜色呈现为金黄透亮类似琥珀的颜色。以橙黄、明亮清澈为佳,红暗、浊为次品金骏眉红茶。

2、闻香。正宗的金骏眉红茶带是聚集果香、花香及甜香一体的综合性香味。仿冒的金骏眉红茶是带有焦糖的香气。

茶与美容

### 用绿茶化妆水

### 可防止肌肤粗糙

绿茶富含可使肌肤白净的维生素C及能收缩肌肤的成分。绿茶茶汤中加入白酒和柚子便可做成绿茶化妆水。

柚子是一种可以防止皮肤疾病的水果,用其擦抹肌肤,可对皮肤皴裂、生冻疮等有神奇的效果,绿茶化妆水中加入柚子还可以起到增添香气的作用。

原料:绿茶茶叶5-10克、低度白酒400毫升、柚子1/2-1个

做法:1.将柚子洗净、切片;2.在干净的广口瓶中倒入白酒、绿茶和柚子切片,密封后置于阴凉处保存;3.静置一个月后将瓶中残渣取出即成。

绿茶化妆水不只可用于面部,更可用于对全身肌肤进行擦抹,对肌肤粗糙、发黑、足跟干裂都可发挥有效作用。冬天使用铁观音茶能有效滋润手、膝、肘等容易干裂的皮肤。感冒时饮用绿茶化妆水亦具有一定的辅助治疗功效。



### 茶叶保存

不同茶叶的贮存方式注意

1、绿茶。是所有茶类当中最容易产生变质的。所以绿茶的储藏时间比较短,最好的保存方式便是密封后放于冰箱内。

2、红茶及乌龙茶。两者都是有经过发酵的茶,陈化的比较缓慢,所以贮存时间比绿茶来的更久。在长期贮存过程中需要注意避免阳光及周围异物品。

3、普洱茶。所谓越老就越香。普洱茶在贮存的时候可以将其整个拆散掉,放于陶罐之中。需要注意的是不宜选择金属容器来贮存茶叶。