

养生课堂:

夏天喝绿茶,讲究真不少

炎炎夏日来临,饮茶消暑成了很多人的不二选择。比起饮料,夏天喝茶清热解渴的功效更受到专家的推荐。那么夏天适合喝什么茶呢?国家高级茶叶评审师、中国茶叶流通协会理事王盛接受媒体采访时曾说,绿茶是当下饮用的最佳选择。

饮茶讲究四季有别,曾有“夏饮绿,冬饮红,一年到头喝乌龙”的说法。夏季推荐饮用绿茶,绿茶在我国被誉为“国饮”,为不发酵茶,保留了鲜叶内的天然物质,形成了绿茶“清汤绿叶,滋味收敛性强”的特点。

夏天骄阳高温,溽暑蒸人,出汗多,人体内津液消耗大,此时宜饮绿茶。绿茶味略苦性寒,具有消热、消暑、解毒、去火、降燥、止渴、生津、强

心提神的功能。绿茶绿叶绿汤,清鲜爽口,滋味甘香并略带苦寒味,富含维生素、氨基酸、矿物质等营养成分,饮之既有消暑解热之功,又具增添营养之效。夏天很多人有午休的习惯,到了中午如果不休息就会困,影响下午的工作质量。此时可以冲泡上一杯绿茶饮用,绿茶内含有的物质能刺激中枢神经,增强思维,清醒头脑,有提神的功效。

对于资深茶友来说,品茶还有一层更深刻的意义。以茶会友是喝茶爱好者经常挂在嘴上的口头禅,也是他们交友的真实写照。有茶客总结,交友做人有时就很像是在泡绿茶,第一泡的绿茶色偏重但味淡,第二泡的茶,刚好显出茶的色泽和

香味;做人交友如果做到有一定“深度”,在最初接触时,只给人的是一点淡淡的印象,却容易被记住;当你深交以后才能完全体会出其内涵,这就是品尝绿茶给他的人生启示:人若如茶,必乃内涵之人。

不过绿茶的饮用、保存是十分有讲究的。绿茶用什么茶具冲泡最好?不少茶友的回答是盖碗。其实对绿茶来说,最好选用玻璃杯,特别是那种直筒玻璃高杯最合适。一则增加透明度,便于人们赏茶观姿;二则以防嫩茶泡熟,失去鲜嫩色泽和清鲜滋味。再者,因为多数名优绿茶,芽叶都很幼嫩,禁不起高温水烫,所以最适宜的水温在80-90℃之间,最适合发挥绿茶的色

香味。另外,品饮绿茶,一般以前三泡为宜,滋味最为香醇鲜爽,三泡之后滋味就会变淡。若需再饮,应重新放入茶叶冲泡。

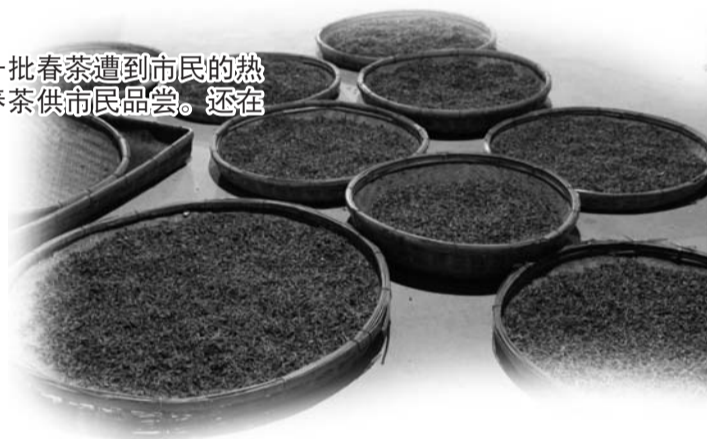
在保存上,夏季贮存绿茶也大有学问。一般情况下,没开封的绿茶置于阴凉干燥处,可保存两年左右时间;而开封的绿茶,应倒入密闭的容器内保留,最好在两个月以内用完。绿茶具有吸湿性、易氧化、吸附异味等特点,夏季贮藏绿茶时,应放在阴凉干燥处,保存温度为0℃至5℃,湿度在60%为宜。最好是将茶叶装在质量好、无异味的食品包装袋或密封容器内,封牢封严。绿茶最好以小包装存放,减少打开包装的次数,防止一再接触空气。

山清水秀,又是一年吐新芽,滨海日照,采茶巧手正忙时。本报第一批春茶遭到市民的热情抢购,在本报的协调下,日照茶农再次奉上西湖清香春茶和西湖火香春茶供市民品尝。还在等什么?拿起电话拨打15095188280预定好茶吧!

本报记者 马媛媛

本报联合日照茶农搭建购销平台

好茶不断,请您来品



品好茶 当下正是品茶好时节

“端午节过后,正是喝日照新茶的好时候。”不少茶农和茶商介绍说,“这时候的春茶,不仅品质好,性价比也是最高的。”

记者了解到,农历的四月和五月,是炒制春茶的最佳时节。本报社新到的两种春茶就是备受追捧的谷雨茶。谷雨茶,是谷雨时节采制的春茶,又叫二春茶。春季温度适中,雨量充沛,加上茶树经半年的休养生息,使得春梢芽叶肥硕,色泽翠绿,叶质柔软,富含多种维生素和氨基酸,使春茶滋味鲜活,香气怡人。谷雨茶除了嫩芽外,还有

一芽一嫩叶的或一芽两嫩叶的;一芽一嫩叶的茶叶泡在水里像展开旌旗的古代的枪,被称为旗枪;一芽两嫩叶则像一个雀类的舌头,被称为雀舌;与清明茶同为一年之中的佳品。一般雨前茶价格比较经济实惠,水中造型好、口感上也不比明前茶逊色,大都的茶客通常都更追捧谷雨茶。

谷雨茶清香,有诗云:“诗写梅花月,茶煎谷雨春”。明代许次纾在《茶疏》中谈到采茶时节时说“清明太早,立夏太迟,谷雨前后,其时适中。”朱权在《茶谱》

中从品茶、品水、煎汤、点茶四项谈饮茶方法,认为品茶应品谷雨茶。

谷雨前采制的茶,泡起来的绿茶舒身展体,鲜活得如枝头再生,染得春光盈眼。啜一口,顿觉缕缕清香渗出。所以,爱茶懂茶之人常把谷雨前采摘的茶珍藏起来。与明前茶对比:明前茶细嫩品质好,但两三泡之后,味就变淡了。而谷雨前采制的茶,茶香浓郁浑厚,久泡仍余味悠长;明前的茶看是好看,但不经泡。而雨前茶泡起来汤色橙黄,香气浑厚,多泡仍回味无穷。



本报在售 春茶日照绿价格

南湖1号	198元/斤
南湖2号	218元/斤
西湖清香春茶	128元/斤
西湖火香春茶	98元/斤
南湖龙井(售罄)	

本周特价产品

南湖晚秋: 原价258元/斤
本周特价200元/斤

数量有限,欲购从速! 抢购热线: 15095188280

买好茶 不怕你来比 就怕你不来

“酒香不怕巷子深。”本报日照春茶的供应商对记者说,目前在本报社销售的茶叶都是老顾客经常预订的,卖的就是口碑,这次之所以拿出来跟潍坊的读者分享,实在是因为现在市场上假的日照绿茶太多了,破坏了日照绿茶的名头,把真正好东西糟蹋掉了。

“大家可以来品品我的茶,我不怕你来跟我比,就怕你不来。”该供应商说,大家尽管拿别家的茶叶来鉴定比较,要是在同等价格或者略高于这个价位的

日照绿茶,有他家一样品质的,不要钱,白送您。

春茶被称为日照绿茶中的极品,因为经过漫长冬季的洗礼,茶树芽生长的特别缓慢,产量更是极为稀少,当然价格肯定是格外昂贵。但是整个春天会有好几批的采摘,其价格和品质是按采摘的时间来区分的。中国农业科学院茶叶研究所专家对日照绿茶的评价是:独特的沿海气候和无工业污染的地理条件,孕育了日照绿茶汤色黄绿明亮、栗香浓郁、回味甘醇、叶厚耐冲泡的特点。日照茶树越

冬期比南方长1-2个月,昼夜温差大,利于内含物的积累,含有丰富的维生素、矿物质和对人体有用的微量元素。

上好的日照春茶喝到口中到底是什么滋味,这个一定要亲口喝到才能有最直观的感受。为了让我们潍坊人喝上价格实惠、正宗地道的日照绿茶,本报与日照茶农联合启动日照绿茶直销潍坊大型惠民行动。让日照的茶农把最好的春茶,直接送到我们潍坊的消费者手中,亲手给大家泡上一杯好茶。