

孙一元的诗中写道：平生于物之无取，消受山中水一杯。经过一冬的酝酿，又到了一年一度春茶上市的季节，久等了一冬的老茶人们都在此时翘首期盼，等着尝鲜。春茶固然是好的，尤其是头春茶，一个冬天的休眠和养分储备，让其在春天的第一片芽叶中累积爆发，那个中的鲜灵高爽之气，确实并非夏茶、秋茶所能及。诸如瑞安清明早茶叶，是温州的四大名早茶之一，与永嘉乌牛早茶叶等一起，在全省享有浙江第一早的美誉。

如何挑选春茶？喝春茶又需要注意什么？如何才能成功喝到一杯2016年的春茶？且看小记为你支招。



【春茶的误解】

1、春茶并不是春天最好的茶饮，尤其是不能喝过于新鲜的绿茶，否则容易损伤肠胃。中医认为，春饮花茶好，既可散发冬天积在人体内的寒邪，又能促进人体阳气生发。春天万物复苏，人却容易犯困，若沏上一杯浓郁芬芳、清香爽口的花茶，不仅可以提神醒脑、清除睡意，还有助于散发体内的寒邪，促进人体阳气的生长。

2、春茶不一定越新鲜越好。所谓新茶，是指当年春季从茶树上采摘的头几批鲜叶加工而成的茶叶。为求其鲜嫩，一些茶农在清明节前就开始采茶，这样的茶被称为明前茶；雨水节气前采的茶，被称为雨前茶。有些消费者以品新茶为乐，争相购买明前茶、雨前茶。其实，茶叶越新鲜越好的观点是一种误解。并不是所有茶叶都是越新鲜越

好，普洱茶、黑茶就是越陈越好，而追求新鲜的茶叶则为绿茶，但即使是绿茶也并非需要新鲜到现采现喝。

对于普通人来说，春茶买回后最好也要放置一段时间，至少存放半个月以后，等茶中的多酚类物质氧化，对胃肠的刺激降低以后再喝。夏茶、秋茶也是如此，以减少胃不舒服的感觉。

【如何辨别春茶、夏茶、秋茶？】

茶树生长和茶叶采制是有季节性的。通常按采制时间，划分为春、夏、秋三季茶。以时间分，3月下旬至5月底以前采制的为春茶；6月初至7月上旬采制的为夏茶；7月以后采制的当年茶叶为秋茶。不同茶季的茶叶，外形和内质有一定差异。

春茶富含氨基酸和多种维生素，滋味鲜活。夏茶在高温下，茶多酚的合成与积累较多，茶叶苦涩味较重，适于做成品红茶。秋高气爽，有利于茶叶内芳香物质的合成与积累，但秋天雨量往往不足，使茶叶显得枯老、叶色发黄。那么如何辨别春茶呢？

1、观外形。春茶的叶子一般裹得较紧，

显得肥壮厚实，有的还有较多毫毛，色泽鲜润，香气浓郁而新鲜。夏茶和秋茶则叶子松散，颜色暗，香气平和，与春茶有很大区别。

2、察汤色。茶叶在贮藏过程中，构成茶叶色泽的一些物质，会被缓慢分解或氧化，使绿茶的色泽变得枯灰无光。而隔年茶茶褐素的增加，则会使绿茶汤色变得黄褐不清，失去原有的新鲜色泽；春茶冲泡时茶叶下沉较快，香气浓烈持久，滋味醇厚；夏茶和秋茶在冲泡时茶叶下沉较慢，香气不高。

3、品茶香。在贮藏过程中，茶中的各类构成味道的物质，有的分解挥发，有的缩成

不溶于水的物质，因此不管何种茶类，新茶的味道都醇厚、鲜爽，而陈茶喝起来淡而不爽口。

4、看茶底。茶叶泡完后，新茶茶底绿中带黄，显鲜嫩，而隔年茶茶底偏黄，没有鲜嫩感。

5、分辨染色茶。染色的茶叶往往显得过于鲜艳。购买时可把手指用冷水浸湿，然后捏一下茶叶，如果手指很快留下明显绿色痕迹，就说明有问题。将这种茶叶冲泡后，如果茶水颜色碧绿，放置一段时间后有明显的分层现象，就很可能是染色茶。

【如何挑选好的春茶？】

1、用眼看。主要看干茶的形状、色泽和匀净度。绿茶的颜色要绿，其中以翠绿色为最佳，越接近自然的原始色泽越好。如果茶叶看上去黑乎乎的，大多不新鲜。从形状来说，一般卷曲程度高的茶叶滋味更为丰富浓厚，针形和扁形则稍逊色，但观赏程度也许更好。干茶的匀净度则反映了茶叶原料品质的一致性。如果不均匀，说明掺杂了其他茶片、茶末或杂物。

2、手摸。购买散装干茶，可以用拇指、食指和中指轻捏，感觉茶叶的干燥程度。如果干爽，说明茶叶质量保持良好；反之，茶叶则可能已经受潮。此外，手摸还可以感觉茶叶的重实或者轻飘程度，一般重实者内含物质丰富和充实，风味更佳。

3、鼻嗅。干茶也可以闻香气，可以感受茶叶的主体香气，判断是否有异味。如有油、霉、酸、烟、焦等异味，就说明茶叶在加工

或贮藏过程中已被污染。

4、用杯泡。绿茶常用玻璃杯或瓷杯冲泡，加入3克茶叶，再冲入150毫升80至90的纯净水，5分钟后再品尝。尝前可以嗅闻香气，以纯正、无异味为好，香气高爽、浓郁为最优。春茶较为鲜醇可口。茶汤颜色也可反映出茶叶的品质，以汤色清澈明亮者为佳。如果汤色红或偏红，则可能是加工不当或存放时间较长。

相关链接【2016年各地春茶上市时间表】

西湖龙井

中国十大名茶之一，产于浙江省杭州市西湖龙井村周围群山。一般每年的3月初就可以少量采摘，但上市量稀少，一般到3月中旬左右将集中供市。

特级西湖龙井春茶，浙江龙井外形扁平光滑，苗锋尖削，芽长于叶，色泽嫩绿，体表无茸毛；汤色嫩绿（黄）明亮；清香或嫩栗香，但有部分茶带高火香；滋味清爽或

浓醇，叶底嫩绿，尚完整。

碧螺春

中国十大名茶之一，产于江苏省苏州市吴县太湖的东洞庭山及西洞庭山（今苏州吴中区）一带，所以又称洞庭碧螺春。一般也是在3月采摘，3月中旬左右供市。

碧螺春茶条索紧结，卷曲如螺，白毫毕露，银绿隐翠，叶芽幼嫩，冲泡后茶叶徐徐舒展，上下翻飞，茶水银澄碧绿，清香袭人，口味凉甜，鲜爽生津。

信阳毛尖

又称豫毛峰，中国十大名茶之一，主要产地在信阳市和新县，商城县及境内大别山一带。清明至谷雨前后是信阳毛尖春茶旺季，信阳毛尖一般是在三月底四月初上市。

毛尖外形细、圆、光、直、多白毫，色泽翠绿，毛尖茶色泽嫩绿隐翠，冲后香高持久，香气清高带熟栗子香，滋味浓厚耐泡，叶底细嫩绿亮，汤色明亮清澈。

六安瓜片

中国十大名茶之一，简称瓜片、片茶，产自安徽省六安市大别山一带，唐称庐州六安茶。六安瓜片一般在清明前后上市。

六安瓜片是一种片状烘青绿茶，因产地不同，各有特色。茶外形平展，茶芽肥壮，叶缘微翘，叶质柔软，大小匀整。色泽翠绿有

光，香气清高，滋味鲜醇，回味甘美，汤色清澈晶亮，叶底嫩绿。

太平猴魁

太平猴魁是一种汉族传统名茶，中国历史名茶之一，产于安徽省黄山市北麓的黄山（原太平县）新明、龙门、三口一带，一般在4月中旬上市。

太平猴魁外形两叶抱芽，扁平挺直，自然舒展，白毫隐伏，有“猴魁两头尖，不散不翘不卷边”之称。叶色苍绿匀润，叶脉绿中隐红，兰香高爽，滋味醇厚回甘，有独特的猴韵，汤色清绿明澈，叶底嫩绿匀亮，芽叶成朵肥壮。

安吉白茶

安吉白茶是一种汉族名茶，产自浙江省安吉县，是用绿茶加工工艺制成，属绿茶类。白色是因为其加工原料来自一种嫩叶全为白色的茶树。一般在3月底上市。

安吉白茶外形挺直略扁，形如兰蕙；嫩绿显玉色，匀整，白毫显露；叶芽如金镶碧鞘，内裹银箭，十分可人。叶底嫩绿明亮，芽叶朵朵可辨，滋味鲜爽。安吉白茶还有一种异于其他绿茶之独特韵味，即含有一丝清冷如淡竹积雪的奇逸之香。

（吴超琪 整理）

平生于物之无取 消受山中水一杯 请给我来一杯2016年的春茶

