

<<从零开始学泡茶>>

图书基本信息

书名：<<从零开始学泡茶>>

13位ISBN编号：9787506474450

10位ISBN编号：750647445X

出版时间：2011-6

出版时间：中国纺织

作者：郑春英 编

页数：144

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>

## <<从零开始学泡茶>>

### 内容概要

郑春英主编的《从零开始学泡茶》是一本实用的工具书，也是一本茶文化的传承宝典，边学泡茶边欣赏优美的茶诗、茶联，怡情养性，技术和修养都达到一定境界的才是真正的茶中高人。

本书为爱好茶、刚入门的读者介绍了茶的基本知识和冲泡方法，包括如何辨识茶叶、选择茶叶、存放茶叶、选择合适的茶具和泡茶用水以及茶俗茶礼、茶餐茶室。

## <<从零开始学泡茶>>

### 作者简介

郑春英，北京市《茶艺师》资格考试高级考评员，北京市《茶艺师》资格考评督导，北京市《茶艺师》大赛评委，茶艺高级技师，北京市外事学校高级教师，《中华茶艺》网络课程任项目负责人，曾出版过《茶艺概论》、《茶艺服务》、《茶艺与服务》、《轻松入门鉴紫砂》，并参编国家《茶艺师》标准、《茶艺师》国家职业资格培训教程。

## <<从零开始学泡茶>>

### 书籍目录

#### 第一章知茶

从来佳茗似佳人——识茶

茶有千味，适口者珍——选茶

留住千年茶香——存茶

器为茶之父——择具

水是茶之母——选水

#### 第二章泡茶

泡出一杯好茶

绿茶

西湖龙井

洞庭碧螺春

太平猴魁

黄山毛峰

信阳毛尖

六安瓜片

南京雨花茶

安吉白茶

庐山云雾

竹叶青

红茶

祁红工夫

宜红工夫

滇红工夫

四川红茶

白琳工夫

正山小种

金骏眉

坦洋工夫

银骏眉

大吉岭红茶

阿萨姆红茶

立顿红茶

乌龙茶(青茶)

大红袍

安溪铁观音

黄金桂

凤凰水仙

闽北水仙

本山

白鸡冠

冻顶乌龙(台湾)

东方美人(台湾)

梨山茶(台湾)

白茶

白毫银针

## <<从零开始学泡茶>>

白牡丹

贡眉

黄茶

君山银针

蒙顶黄芽

霍山黄芽

温州黄汤

黑茶

普洱茶

茯砖

六堡茶

花茶

茉莉花茶

玫瑰花茶

桂花乌龙

奶香金萱

荔枝红茶

非茶之茶

菊花茶

苦丁茶

小麦茶

八宝茶

第三章品茶

茶可清心，亦可雅致——茶境

客来茶当酒——茶礼茶俗

偷得浮生半日闲——茶趣

南方有嘉木——茶源

粗茶以成茗——茶史

君不可一日无茶——茶健康与茶餐

陋室有茶香——家庭茶室

附录：茶言茶语

跋：禅茶一味，吃茶去

## <<从零开始学泡茶>>

### 章节摘录

版权页：插图：延缓衰老茶叶中的茶多酚具有很强的抗氧化性和生理活性，是人体自由基的清除剂。据实验证实，茶多酚的抗衰老效果要比维生素E强18倍。

抑制心血管疾病人体的胆固醇、甘油三酯含量高，血管内壁脂肪沉积，血管平滑肌细胞增生后形成动脉粥样化斑块，茶多酚可抑制这种斑状增长，并使凝血变清，从而抑制动脉粥样硬化。

防癌抗癌茶多酚可以阻断亚硝酸胺等多种致癌物质在体内合成，并具有直接杀伤癌细胞和提高身体免疫能力的功效。

防治辐射伤害茶多酚对肿瘤患者在放射治疗过程中引起的轻度放射病，治疗有效率可达90%以上；对血细胞减少症，有效率达81.7%。

## <<从零开始学泡茶>>

### 编辑推荐

《从零开始学泡茶》接触它，爱它，才能真正了解它，成为茶高手，品出茶的真味。

<<从零开始学泡茶>>

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>