

剪窗花

巧收纳

秀花艺

迎客茶

扎灯笼

做甜点

写春联

年夜饭

公元2017年1月23日 星期一

宜

嫁娶 纳采
订盟 问名 祭祀

农历丙申年
腊月廿六

(辛丑月 庚戌日)

忌

开市 安床
安葬 修坟

茶艺大师与您 品茗 论茶道

曹卉

倡导有茶的生活。
班,秉承严谨的态度亲近茶、认知茶,积极
人王琼女士,毕业于北京大学茶产业研修
山东韵人文化茶道讲师,师从资深茶

迎春作业

所需材料:煮泡器、茶具三件套、茶3克、品茗器3盏、水盂、公道杯、茶针、茶荷等。

作业内容:根据教学视频规范操作泡茶过程,拍摄3-5张照片并配以文字说明。

评判标准:步骤准确、姿势、温度等合规、动作富有美感。
提交方式(以下三种方式任选其一):

1.扫描“提交作业”二维码,关注我们后,选择“迎春作业”菜单,按照表格详细填写并提交。

2.将个人姓名、联系电话、微信号及5M(每张)大小的作业照片发送到电子邮箱:sdjbcm@163.com。

3.邮寄地址:山东省济南市高新区舜华路2000号舜泰广场B5B楼11楼近报融媒收。

奖品:我们将在提交的作业中选择优秀作品,给您发放山东有线“高清畅享馆”三个月体验券一张。



大咖教您学茶道
扫描二维码

编辑:刘一梦 摄影:郭建政
美编:闫平

禅茶施标格 承客品甘霖

春节是欢聚的好时候,难得的欢聚时光让一家人可以坐下来说话、聊聊天,让平时不常见的亲朋好友得空串个门,吃顿饭。在这热闹的节日期间,茶是最合适的饮品,不仅是招待客人的首选也是闲暇时候的绝佳饮品,在招待客人时应注意些什么呢?下面为大家布置一个“品茗论道”的迎春作业,教大家一些招待客人以及平日必知的茶艺知识。

早上适合冲泡红茶,可促进血液循环、祛除体内寒气,让大脑供血充足;午后适合喝乌龙茶或绿茶,让午餐后肝火旺盛的身体得到调节;晚饭后则适合喝黑茶、铁观音,不宜喝绿茶,因为此时,身体会积聚一些肥腻之物在消化系统内,黑茶有助于分解积聚的脂肪,暖胃又助消化。晚上是人体免疫系统最活跃的时间,可以选择喝半发酵、性温的铁观音,尽量不要喝绿茶。

“白茶具有清肺的功能,在雾霾天里是个不错的选择。”山东韵人文化的资深茶人曹卉说,冬天适合喝红茶和老白茶,但招待客



人时,还要根据具体情况进行选择。如果招待工作繁忙的中年男性客人,可以选择五年以上的生普或红茶;对于年轻人和女性客人,红茶最为合适;而白茶则是老少皆宜的选择。

选茶是门学问,沏茶也有讲究,品茶通常分为以下十三道流程:第一道净手和欣赏器具,第二道烫杯温壶,第三道马龙入宫(茶入器),第四道洗茶、第五道冲泡,

第六道春风拂面(壶盖拂去茶末儿)、第七道封壶、第八道分杯、第九道玉液回壶,第十道分壶,第十一道奉茶,第十二道闻香,第十三道品茗。

除此之外,“饭前半小时、饭后2小时可以饮茶,进食时喝茶是不好的习惯,”曹卉说,茶虽好但时间也要讲究,10秒钟是最好的出茶时间,此时的茶保留了茶气。一般来说,每天1-2次,每次2-3克的饮量是比较适当的,不能喝浓茶、烫茶和过夜茶。另外患有神经衰弱、失眠、甲状腺机能亢进、结核病、心脏病、胃病、肠溃疡的病人以及哺乳期、怀孕妇女、婴幼儿等人群也不适合饮茶。



扫码
提交
作业
(详见2版)

因人而异 选之有道

中国的茶叶根据发酵程度由低至高,分为绿茶、黄茶、白茶、青茶、红茶、黑茶六大类。根据不同人的体质特征适宜喝不同的茶。

性寒的绿茶(西湖龙井、安吉白茶、洞庭碧螺春等)适合体质偏热、胃火旺、常在电脑前工作的人。

性寒的黄茶(君山银针、蒙顶白芽等)发酵茶,胃部不适者不宜饮用。

性凉的白茶(白毫银针、月光白、白牡丹等)白茶用量,每人每天只要5克就足够,老年人更不宜多饮。

性平的青茶(乌龙(大红袍、武夷水仙、凤凰单丛等)空腹饮乌龙茶容易出现茶醉的现象;忌睡前饮乌龙茶,会难以入眠,脾胃有病症者不宜多饮。

性温的红茶(正山小种、金骏眉、滇红茶等)适合胃寒、手脚发凉者饮用,结石患者、贫血、睡眠状况欠佳和身体较弱的人也不宜多饮。

性温的黑茶(云南普洱茶、安华黑茶、广西六堡茶等)能去油腻、降血脂,脸黑无光泽,喉咙肿痛,食欲减退者饮此茶为好。