

<<中华茶艺>>

图书基本信息

书名：<<中华茶艺>>

13位ISBN编号：9787302262343

10位ISBN编号：7302262349

出版时间：2011-8

出版时间：清华大学出版社

作者：郑春英 编

页数：118

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>

## <<中华茶艺>>

### 内容概要

郑春英主编的《中华茶艺》以任务为引领，通过设置工作情境、具体工作任务、信息页等，激发读者的学习兴趣；借助知识链接、任务单、任务评价等，帮助读者掌握并进一步巩固所学知识。本书分为8个单元，介绍了茶文化的发展历程、茶叶知识、各类茶的品饮与鉴赏、茶具知识、茶艺服务等相关知识。

《中华茶艺》可作为中等职业学校酒店服务与管理专业的教材，也可供相关岗位培训以及对茶文化、茶艺有兴趣的读者参考使用，还可作为“茶艺师”考核的辅导教材。

## &lt;&lt;中华茶艺&gt;&gt;

## 书籍目录

## 单元一 中华茶艺知多少

## 任务一 有关茶的发展史

## 活动一 了解中华茶文化的发展历程

## 活动二 了解茶叶的演变过程

## 任务二 有关茶艺

## 活动一 茶艺礼仪

## 活动二 茶与健康

## 任务三 有关茶艺馆

## 活动一 茶艺馆知多少

## 活动二 茶艺馆的服务程序

## 单元二 绿茶的品饮与鉴赏

## 任务一 绿茶赏析

## 活动一 领会客人的饮茶需求

## 活动二 绿茶的辨识

## 任务二 西湖龙井的鉴赏与品饮

## 活动一 西湖龙井点茶服务

## 活动二 西湖龙井的品饮与冲泡

## 单元三 乌龙茶的品饮与鉴赏

## 任务一 乌龙茶赏析

## 活动一 领会客人的饮茶需求

## 活动二 乌龙茶的辨识

## 任务二 铁观音的鉴赏与品饮

## 活动一 铁观音点茶服务

## 活动二 铁观音的品饮与冲泡

## 单元四 红茶的品饮与鉴赏

## 任务一 红茶赏析

## 活动一 认识红茶

## 活动二 红茶的辨识

## 任务二 祁门红茶的鉴赏与品饮

## 活动一 祁门红茶的点茶服务

## 活动二 祁门红茶的品饮与冲泡

## 单元五 黄茶的品饮与鉴赏

## 任务一 黄茶赏析

## 活动一 领会客人的饮茶需求

## 活动二 黄茶的辨识

## 任务二 君山银针的鉴赏与品饮

## 活动一 君山银针点茶服务

## 活动二 君山银针的品饮与冲泡

## 单元六 白茶的品饮与鉴赏

## 任务一 白茶赏析

## 活动一 领会客人的饮茶需求

## 活动二 白茶的辨识

## 任务二 白毫银针的鉴赏与品饮

## 活动一 白毫银针点茶服务

## 活动二 白毫银针的品饮与冲泡

## <<中华茶艺>>

单元七 普洱茶的品饮与鉴赏

任务一 普洱茶赏析

活动一 领会客人的饮茶需求

活动二 普洱茶的辨识

任务二 普洱饼茶的鉴赏与品饮

活动一 普洱饼茶点茶服务

活动二 普洱饼茶的品饮与沏泡

单元八 花茶的品饮与鉴赏

任务一 花茶赏析

活动一 领会客人的饮茶需求

活动二 花茶的辨识

任务二 茉莉花茶的鉴赏与品饮

活动一 茉莉花茶点茶服务

活动二 茉莉花茶的品饮与沏泡

参考文献

## 章节摘录

版权页：插图：（1）维生素。

维生素是机体维持正常代谢功能所必需的一种物质。

茶中含有10多种水溶性和脂溶性维生素，包括：维生素A，维生素B1、B2、B3、B6、B12，维生素C，维生素D，维生素E，维生素K和维生素P。

（2）糖类。

糖类具有增加体温、增强免疫能力、抗辐射、利尿的作用。

（3）生物碱。

生物碱包括咖啡碱、可可碱、茶碱等，都是弱碱性生物碱。

这3种生物碱的药理作用相似。

咖啡碱是影响茶叶品质的主要因素，是强有力的中枢神经兴奋药，可使头脑思维活动更为迅速清晰、消除睡意、消除肌肉疲劳，使感觉更敏锐、运动机能有所提高；咖啡碱在冲泡茶汤中，能溶解约80%，通常一两杯茶中含有咖啡碱150mg~250mg。

（4）氨基酸。

氨基酸可振奋人的精神，适于辅助性治疗心脏性或支气管性狭心症、冠状动脉循环不足和心脏性水肿等疾病。

（5）蛋白质。

蛋白质具有补充氨基酸、维持氮平衡的作用，是构成生物体的基本物质，没有蛋白质，生命现象也就不存在了。

（6）茶多酚。

茶多酚具有抗氧化、减轻重金属毒性、保护心血管系统健康、防治动脉粥样硬化、防止因放射线照射而发生白血球缺乏症以及排毒、利尿、灭菌的作用，有改进血管渗透性能，增强血管壁、心肌，降低血压，促进维生素C吸收与同化，抑制细菌生长和帮助消化的功效，也可使甲状腺机能亢奋者恢复正常，抵制引起突变的变异性，抑制癌细胞，防止血栓形成等。

（7）矿物质。

茶叶中还含磷、钾、钙、铁、铜、镁、钠、锰、锌、镍、铬、氟等10多种元素。

在这些成分中，有50%~60%为水溶性，其余为非水溶性。

茶中含有人体所必需的常量元素，诸如钠、镁、磷、钾、钙等；以及对人体有重要作用的微量元素，如硅、钒、铬、锰、铁、钴、砷、硒、氟、钼、锶、铷、硼等；还有对人体生理功能有重要药理作用的元素。

沸水泡茶，第一次冲泡，维生素C和咖啡碱，几乎已经完全溶于水了，有80%~90%的数值全部溶出。

多酚类化合物第一次冲泡，就可泡出60%左右。

喝茶若以营养立场来说，第一泡是不应该倒掉的。

信息页二 喝茶的益处 我国悠久的茶文化表明，常喝茶益于身体健康。

唐朝诗人顾况在《茶赋》中写道：“滋饭蔬之精素、攻肉食之膻腻、发当暑之清吟、涤通宵之昏寐。”说的正是茶对人体的好处。

唐代大医学家陈藏器在《本草拾遗》一书中写道：“诸药为各病之药，茶为万病之药。”

足见茶之药功卓著。

（1）提神。

茶叶中含有少量咖啡因，能兴奋中枢神经系统，增强人体应激反应能力，使人反应敏捷、精神振奋、思维顺畅，从而提高工作和学习效率。

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>