

黑茶的健康之饮

产品名称	黑茶的健康之饮
公司名称	长沙隆福昌文化传播有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	长沙市开福区福城路49号水韵花都家园C栋2911房
联系电话	0731-84470647 13187039237

产品详情

黑茶对人体健康有许多积极、正面的作用。黑茶中含大量的茶多糖、茶多酚、各种矿物质、维生素及膳食纤维和各种有机物，对健康大有裨益。居住在青藏高原的藏族处在高寒缺氧、果蔬匮乏、长期持续的强辐射的环境下，他们的体格普遍健壮，且能适应各种异常的生存环境，与每日饮黑茶是密不可分的。他们几乎是“一日三次茶，一日一顿饭，宁可三日无粮，不可一日无茶”。

现代人活动量少了，高脂肪、高热量饮食多了，随之而来的代谢性疾病增多，声、光、波在都市的泛滥给都市带来无形的强大辐射源，饮食和外环境已使都市进入了高原的生活模式状态，如果常饮黑茶，可以解决很大以部分“都市病”问题。

黑茶饮用方法比较简单，用紫砂壶、飘逸杯、盖碗都可以冲泡。因黑茶压制较紧，比较耐泡，所以冲一、二泡时，注入开水可以稍停顿几十秒再倒出茶汤。五、六泡时因茶叶已逐渐散开，此时开水一注入应马上倒出茶汤，可以看到汤色较浓，接近黑色。

1、传统的煮饮方法：取茶10至15克，用壶或其它容器盛满500毫升的水，煮至一沸时，将茶放入其中，待至壶中水再沸腾时，改用文火煮一至二分钟，停火后，滤去茶渣，即可饮用。由于黑茶的陈、醇特点，建议将煮好的茶先倒入暖水瓶中焖1~2小时，其味更醇香。

2、采用功夫茶的饮用方法：用功夫茶具，按照功夫茶的泡饮方法饮用。

3、盖碗冲茶法（南方最为常见）：可用盖的紫砂或陶瓷杯、碗，取茶5-8克，先用沸水冲洗一次，烫杯后倒掉，再冲入沸水，加盖闷一分钟左右，待到汤色红浓，即可饮用。