

中国的茶分为几大类（我国的茶有多少个品种及名称）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/4b5fd4ea9b41df84b18455ab5ab81a33.html>

范文网，为你加油喝彩！

中国人饮茶的历史非常悠久，当前已经发展成六大类，上千个小品种。

按照工艺的不同，每一类茶的外观、口感、特性各不相同。

有的茶性寒，适合虚火过剩的人饮用；

有的茶性暖，适合肠胃虚弱的人饮用；

有的下雪作文茶提神效果好，适合昏昏欲睡的下午，却不宜早上起来或晚上睡前饮用。

今天我们就来详细聊一下，每一类茶的口感、特点。

1、分类标准

茶叶主要是根据发酵程度的不同来分类的。

因为茶叶中最主要的营养物质，是茶多酚、氨基酸、各种糖类、芳香类物质等等，都会参与到发酵过程中。

这些营养物质不仅提供了茶叶独特的外观、香气、口感，也会对健康产生一定的促进作用，比如抗衰老、抗辐射、杀菌、提神、助消化等等。

当茶叶按照不同发酵工艺加工后，营养物质会进行一定的转换、分解、重组，从而不仅使香气、口感大有不同，对健康的促进效果也会各有不同。

2、每一类茶的口感特点、营养价值

绿茶

2.1、绿茶

【发酵程度】0%

绿茶工艺的第一步就是“杀青”，高温使茶叶内的酶失去了活性，从而让茶叶不会发酵。

【汤色】清汤绿叶

【口感】清香鲜爽

【特点】绿茶没有经过发酵，含有所有茶类中最多的天然茶多酚、氨基酸、叶绿素等物质。

儿茶多酚具有抗氧化、抗衰老、抗辐射、抑菌等功能。2021建党100周年绘画

【推荐人群】经常使用电子设备的人群、中老年人

【茶性】弱寒。不适合肠胃虚寒的人饮用。

白茶

2.2、白茶

【发酵程度】10%

白茶最重要的工艺是“萎凋”，简单来说就是通过一定时间的自然摊放、或者在设备内摊放，让茶叶中的酶在短时间内促进了发酵。

【汤色】新白茶略显杏黄；陈放多年后的老白茶显橙黄，或者橙红色。

【口感】新白茶清甜；老白茶有特殊的枣香、药香、粽叶香等

【特点】白茶的微发酵过程，生成了大量的氨基酸，所以白茶是所有茶类中，氨基酸含量最高的茶类。而氨基酸是人体合成激素、部分维生素的必须元素，同时也是头发、指甲、皮肤生长的必须元素。

【推荐人群】缺乏维生素的人群、发量较多的人群、女性

【茶性】弱寒。不适合肠胃虚寒的人饮用。（老白茶茶性温和，适合各类人群）

黄茶

2.3、黄茶

【发酵程度】20%以内

黄茶对比绿茶的工艺，只多了一步“闷黄”，即在一定温度、湿度情况下进行了短时间的发酵。

【汤色】黄汤黄叶

【口感】相对于绿茶，少了一些苦涩感，多了一丝类似于熟玉米的香气

【特点】“闷黄”工艺产生了部分消化酶，对人的脾胃有一定益处，可以帮助肠胃蠕动，促进消化。

【推荐人群】短期内消化不良、厌食的人群

【茶性】弱寒。不适合肠胃虚寒的人饮用。

乌龙茶

2.4、乌龙茶

【发酵程度】15-70%不等

乌龙茶的工艺是6大茶类中最复杂的，核心是“做青”，在经过了费时费力的工艺过后，茶叶的香气被最大程度地激发出来。

【汤色】轻发酵的乌龙茶，如铁观音、冻顶乌龙等，汤色青绿；

重发酵的乌龙茶，如武夷岩茶（大红袍、水仙、肉桂等），汤色橙黄

【口感】轻发酵的乌龙茶，胜在香气高扬，泡开后甚至满屋子都是香气；

重发酵的乌龙茶，胜在汤感厚重、回味悠长。

【特点】乌龙茶投茶量较多，一般在8-10克，所以茶汤厚重，提神效果是6大茶类骆驼王子中最好的

【推荐人群】喜欢高香类茶叶的人群，喜欢茶道的朋友

【茶性】投茶量较大的话，有一定刺激性，不适合肠胃虚弱的人群

红茶

2.5、红茶

【发酵程度】70-轻薄笔记本推荐90%

红茶是在酶的促进下，发酵程度最高的茶类。茶叶内各种天然物质被大量转化成了各种氧化产物。

【汤色】金黄、或红艳

【口感】浓郁甜醇

【特点】红茶经过了重度发酵，甲由所以茶性变得十分温和，并且有一定的暖胃功效。

【推荐人群】体寒、胃寒的人群

【茶性】茶性温和，几乎无刺激性

黑茶

2.6、黑茶

【发酵程度】100%

黑茶的发酵，不仅有酶的氧化反应，还有微生物参与，所以发酵的范围更广，发酵更彻底

【汤色】红浓明亮

【口感】特殊的陈香

【特点】因为有微生物参与，黑茶不仅可以去除油腻，还能改善肠道的微生物环境，对消化产生一定的促进作用

【适应人群】大量食用肉类的人群、消化不良的人群

【茶性】茶性温和，几乎无刺激性

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发