

时令茶道(5) 清明

清香淡远明前茶

本报记者 牛瑞芳

清明，是二十四节气中的第五个节气，又称踏青节、三月节、祭祖节等，节期在仲春与暮春之交，因节令期间“气清景明、万物皆显”而得名。清明既是自然节气点，也是传统节日。

香叶，嫩芽。慕诗客，爱僧家。清明节气，品一盏闻名遐迩的明前茶是最好不过的了。

日前，记者来到位于永和路的裕盛祥茶庄。进得店来，茶香四溢，雅致沉静，一幅魏碑书法名家孙伯翔的题字更让店里平添几分书卷气。

说起明前茶，裕盛祥茶庄高级茶艺师侯金凤如数家珍。龙井茶是明前茶最主要的一类，其是一个大类，有浙江龙井、钱塘龙井和西湖龙井等。其中，西湖龙井又以狮峰龙井为上品。狮峰龙井，顾名思义，产自狮峰山。狮峰山上的西湖龙井茶属群体种，群体种不仅是龙井茶最早品种，也是品质最好的龙井茶。狮峰龙井产量极小，一年只有约1万斤。

狮峰龙井异于其他西湖龙井茶，看其干茶，扁平、光滑、挺直，色泽绿中

显黄，朴素自然。茶叶上还有些许小斑点，这些斑点是手工炒制留下的痕迹。侯金凤介绍说，狮峰龙井茶要在200多度的高温中长时间手工炒制，要用100度的开水冲泡。“只有经过‘千锤百炼’的茶，才能经得起100度水的冲泡。”侯金凤说，狮峰龙井茶要用中投法冲泡。何为中投法？即水一茶一水：杯中加开水，投茶、摇香，再注水，便可得一杯狮峰龙井茶。汤色杏绿，清澈明亮，叶底嫩绿，匀齐成朵，芽芽直立，栩栩如生。闻有栗香，品饮茶汤，香馥若兰，沁人心脾，齿间流芳，回味无穷。此时，“徘徊龙井上，云气起晴画。烹煎黄金芽，三咽不忍漱”有了具象的体现。

采访中，侯金凤还展示了喝茶的另一番意趣——杯中赏芽。冲泡狮峰龙井茶时要选用透明玻璃杯，经过两汤后的茶叶才“欣欣然”展开“身姿”，青翠欲滴，温润如玉。“上好的狮峰龙井茶是一芽一叶或一芽两叶”，侯金凤说，狮峰龙井茶可以冲5汤以上，每一汤茶韵皆不相同。

春水初开山色绿，茶香预报明天来。清明时节，踏青、品茗，拥抱属于自己的春天。



推荐

去鹿斯食社品尝心仪美食

日前，记者在绿地世纪城附近又发现了一家宝藏小店——鹿斯食社。小店店面不大，一共有两层，整体环境营造出浓浓的法式氛围，特别适合朋友小聚和打卡拍照。

店内有几道不错的菜品，特别推荐的是小葱鸡。鸡肉鲜嫩多汁，味道浓郁，十分美味，是该店的招牌菜之一。蔬菜沙拉由各种新鲜蔬菜和自制沙拉酱组成，口感清爽，营养丰富，很受女生

喜爱。川香肥牛锅也是点单率较高的菜品之一，鲜辣浓郁的汤底搭配上肥美的牛肉和各种蔬菜，让人回味无穷。除此之外，甜品干椰苦丝也很值得一尝。其由干椰丝和巧克力制成，甜度适中，口感细腻，是该店的招牌甜品之一。

鹿斯食社的菜品丰富多样，无论你喜欢哪种口味，都能在这里找到心仪的美食。喜欢探寻美食的朋友，随着记者一起踏上美食之旅吧。（孟维鹏）



如今，在喧嚣的城市中，人们总想找一片宁静而独特的天地放松身心。云上潮葡萄酒音乐餐厅，就能满足你的愿望。

■广告

2024《大同晚报·美食周刊》大同日报传媒集团全媒体美食频道战略合作伙伴



云中茶事

这样喝茶不可取

我国的茶文化源远流长，喝茶也是现在许多人的养生之道。可是，喝茶也是要讲究方法的，错误的饮茶方法会影响身体健康。

据紫玄和茶庄的茶艺师介绍，有些茶友经常空腹喝茶，其实这是一种错误的饮茶习惯。因为空腹时，茶叶中的部分活性物质会对胃产生较强的刺激性，很容易伤胃。还有的茶友会在酒后喝茶，以达到解酒的目的。其实以茶解酒并不科学，而且茶中的咖啡因和酒精还会相互作用刺激胃黏膜，导致胃炎。另外，还有一些茶友喜欢喝浓茶，这也是很伤胃的一种错误习惯。由于浓茶中咖啡因、茶碱含量较多，久而久之，会导致胃黏膜损伤，对身体健康不利。

现在正是春茶大量上市的时候，鲜嫩的春茶也因滋味鲜爽、香气浓烈而受到许多茶友的追捧。但紫玄和茶庄的茶艺师提醒说，刚采摘下来不久的茶叶由于没有经过较长时间的放置，其所含的多酚类、醇类、醛类等物质没有充分挥发，可能会导致饮用者出现肠胃不适等不良反应，所以新采摘的春茶最好先存放半个月以上再喝。另外，绿茶茶性偏凉，肠胃较差的人也不宜大量饮用。

(一凡)

紫玄和茶庄

安吉白茶 杭州龙井

珍稀白茶 原价800元 现价480元 闪送到家

地址：东信茶叶街926号

电话：13513524658

老大同的清明节食俗

清明节是我国民间重要的传统节日，也是祭祖、扫墓的日子。由于这一时节，春回大地，自然界到处呈现一派生机勃勃的景象，正是郊游的大好时光，因此踏青也是清明习俗中的一部分。大同人过清明节亦是如此。

据市地方志记载，过去老大同人祭祖时要准备红点馍馍、大头麻叶、粽子、熟肉、酒食等。祭祖仪式结束后，年轻人会玩折柳枝、荡秋千等游戏，大人们还会用嫩柳编一个柳条圈戴在孩子们头上，之后还要将柳条圈带回家。

除了过清明节之外，记者在采访中了解到，过去老大同人还要过寒食节。寒食节亦称禁火节，为清明节前一两天，是用以纪念春秋时期晋国名臣介子推的节日。后来，因寒食节与清明节离得较近，渐渐地人们便把寒食节和清明节合二为一了。据市地方志记载，寒食节这天要禁烟火、吃冷食，老大同城内一般多吃麻花、馓子、馍馍，农村则多吃炒杂面。而且人们还会在节前用白面捏成各种飞禽走兽，蒸熟后以红绿颜色点缀，称“寒燕”，扎在树枝上，送孩童玩食。

(王锦华)