

# 泡出一杯好茶来, 介绍日本茶的冲泡方法

日本茶无论香气还是风味都非常细腻, 冲泡方法不同, 味道也是大相径庭。为了让大切实实领略到日本茶真正的美味, 在这里介绍一些冲泡方法, 供大家参考。

**使用茶壶泡出好茶的方法。**  
在日本使用茶壶泡茶。

「急須」を使ったおいしい淹れ方。  
日本では「急須」という茶器を使って、お茶を淹れます。

<务必使用开水> 水烧开后继续沸腾3-5分钟再冷却至所需的温度后使用。

<湯は必ず沸騰したものを使う>  
使うお湯は、沸騰状態を3~5分続けたものを必要な温度に下げて使います。

## <煎茶> [煎茶の場合]



1 将每个人的茶杯中倒入8分满的开水冷却。上等茶70度, 中等茶80度左右为宜。  
人数分の茶碗に湯を8分目はど入れて冷ます。上級茶で70度、並級茶で80度ぐらいが最適。

2 将茶叶放入茶壶中, 1个人约3g (茶匙1勺)。  
茶葉を急須に入れる。1人分約3g(茶さじ1杯)。

3 将冷却后的开水注入茶壶, 等茶叶泡开。上等茶2分钟, 中等茶1分钟。  
冷ました湯を急須に注ぎ、浸出するのを待つ。冷ました湯を急須に注ぎ、浸出するのを待つ。上級茶で2分、並級茶で1分。

4 为了保证浓度均匀, 轮流少量倒入茶杯中, 直至倒出最后一滴。  
濃さが均等になるように茶碗に少しずつ注ぎ分け、最後の一滴まで絞りきる。

●小贴士!  
1次茶叶可以泡2遍。为了第2遍泡的茶也好喝, 关键是茶壶中不能留一滴第1遍泡的茶, 要完全沥干。

●フンポイントアドバイス! 1回の茶葉で2度淹れることができます。2度目もおいしく淹れるためには、1度目の急須の中に湯を残さず、絞りきるのがポイントです。

## <玉露> [玉露の場合]



1 将开水倒入茶壶中冷却。  
急須に湯を入れて冷ます。

2 使用小茶杯, 将茶壶中的开水倒入每个人的杯子里冷却。50-60度最佳。剩余的开水倒掉。  
小さめの茶碗を用い、急須の湯を人数分注いで冷ます。50~60度が適温。余った湯は捨てる。

3 将茶叶放入茶壶中, 1个人约4g。  
茶葉を急須に入れる。1人分約4g。

4 将茶杯中的开水倒入茶壶, 等茶泡开。时间是2分30秒。  
茶碗の湯を急須に注ぎ、浸出するのを待つ。2分30秒。

5 为了保证浓度均匀, 轮流少量倒入茶杯中, 直至倒出最后一滴。  
濃さが均等になるように茶碗に少しずつ注ぎ分け、最後の一滴まで絞りきる。

●小贴士!  
玉露是口感甘甜醇厚的茶。开水要非常少, 1个人20ml左右为宜。另外泡第2遍时, 要用稍微热一点的开水冲泡, 与第1遍不同, 口感柔和清爽, 别具风味。

●フンポイントアドバイス! 玉露は濃厚なうま味を味わうお茶です。湯量はとても少なく、1人分20mlほどが最適です。また、2度目を淹れる場合は少し熱めの湯で淹れ、1度目とは違う、さらりとした風味をお楽しみください。

## <抹茶> [抹茶の場合]



1 将2~3茶勺的抹茶放入茶杯中 (约1.5g)。  
茶碗に抹茶を、茶勺で2~3杯入れる(約1.5g)。

2 在茶杯中注入开水。  
茶碗に湯を注ぐ。

3 用小竹刷左右充分搅拌, 直至产生细腻的泡沫为止。  
茶筌で左右によく振ったのち、きめ細かな泡になるまで泡立てる。

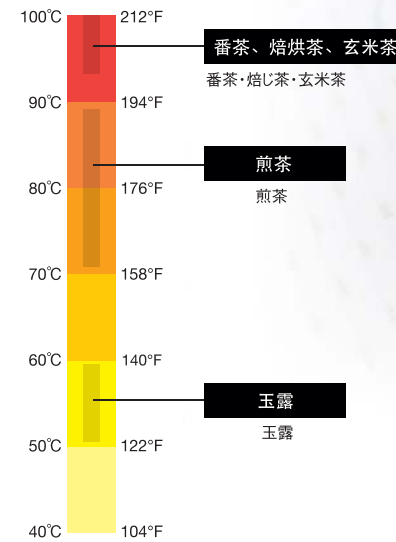
## <番茶、焙烘茶、玄米茶> [番茶・焙じ茶・玄米茶の場合]

开水无需冷却, 直接满满地注入茶壶冲泡。第2遍在注入开水后要迅速倒入茶杯中分掉。  
湯冷ましをせず、直接熱い湯をたっぷり注いで淹れます。2度目は熱い湯を注いだ後、素早く注ぎ分けてください。

日本茶のおいしい淹れ方をご紹介します。

日本茶は、その香りや風味が繊細であるがために、淹れ方によって味わいが異なります。日本茶の本当のおいしさを存分に楽しんでいただくために、ここにご案内する淹れ方を、ぜひご参照ください。

**要想沏好茶, 泡茶水温很重要**  
お湯の温度とお茶のおいしさの関係



酷暑季节来一杯清凉日本茶, 神清气爽。

日本茶冰镇后也很好喝。诀窍是用平时1.5倍的茶叶量, 将茶泡得浓浓的, 然后用冰块迅速冰镇。

暑い季節は、冷たい日本茶で爽快に。

日本茶は冷たく冷やしてもおいしくいただけます。通常の1.5倍の茶葉を使って濃いめにお茶を煎れ、氷で一気に冷やすのがポイントです。

没有茶壶也能泡出好茶。

「急須」がなくても、おいしく淹れられます。



用红茶壶  
紅茶用ポットで



用滤茶网  
茶漉して



用滤纸  
ペーパーフィルターで

想要有好茶喝, 保存方法是关键。

为了保持茶的品质, 关键是要避开湿气、光、热、气味。开封后尽早喝完。请保存在不透明的密封容器中, 放置在阴凉处保存。放在冰箱里保存时, 注意不要沾染上其他食品的气味。

おいしく飲むためには、保存方法も大切です。

お茶の品質維持には、湿気や光、熱、臭いにつれさせないことが大切です。開封後は、できるだけ早めに使い切るようにしてください。保存する場合は、透明ではない密封容器に入れ、暗く涼しい場所に置いてください。冷蔵庫に保存する場合は、他の食品の臭いが移らないように注意しましょう。

