

收藏白茶 需要注意哪些问题

白茶是我国六大茶类之一，也是我国特有的一大茶类，正在被越来越多的喝茶人所认可。经历普洱狂潮的洗礼，与普洱茶一样有着“越陈越香”特点的白茶，以其悠久的历史渊源、更天然的制作工艺及独特神奇的养生保健功效，被广泛关注，销售量价一路攀升，成为了许多陈茶收藏者的新宠。

目前白茶能够在市场上走俏，其实关键是国内外学术界对白茶的研究和认可，具有“三抗三降”的明显疗效。

现代科学研究，并经权威专家通过动物实验、人体临床实验、毒理学研究、安全性评价、流行病学调查表明，白茶具有显著降低人体类脂肪化合物、血脂、血压、血糖、胆固醇等功效。长期饮用白茶，能够促进调

节新陈代谢，增强人体体质、延缓衰老，对人体起着有效的药理保健和病理预防作用。

收藏白茶潜力如何

按照目前的市场分析，白茶基本以每年15~20%的价格增幅在增长。许多茶商都以这个标准每年上调价格，然而非但没有因此而滞销，反而每年都会有很多产品断货。这个现象说明，15~20%的价格增长幅度是受市场检验的，也是受市场认可的。

储藏白茶需注意啥

白茶收藏很简单，只要保证通风、干燥、防异味这三点就没问题。在南方储藏，因为温度、

湿度相对较高，所以茶叶的转化速度较快，但同时因湿度较高，因此要注意控制以免霉变。在北方储藏则不用刻意控制湿度，只是由于温湿度较低，茶叶转化速度较慢而已。

收藏时间对口感有啥影响

按“一年茶，三年药，七年宝”的传统说法，七年是白茶口感的最佳期。实际上白茶从新茶开始就能够饮用，随年份增加，口感更加丰富。有一个说法叫“三年一小变、七年一大变”，沉淀三年的白茶，涩味基本上消失，慢慢显露出醇和的风味，三年开始出现陈香味，七年开始出现药香味，直到20年，口感达到顶峰，保健功效也在这时达到顶峰。过了20年之后，口感稍显降低，但是这时候的白茶已经不是简简单单的是一个消费品了，而是有历史的品味蕴含在里面。也因此，虽然20年之后的白茶口感稍差，但是其价格会更高。

老白茶应该怎样冲泡

用普通的功夫茶茶具冲泡就可以，但是讲究一点建议“煮茶”。白茶里面的茶多糖主要是在茶梗里面，沁出比较慢，用煮的方式能加快茶多糖的沁出速度，也就是的口感能更加统一，避免了“先涩后甜”。

禹艳涛



西红柿酸汤鱼

用料：

番茄4个，多利鱼500克，葱、姜、蒜适量，番茄酱200克，花椒适量，草果1颗，八角、桂皮适量，香叶几片，香菇5个，盐适量。



做法：

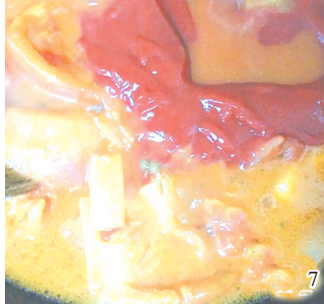
1.西红柿放在开水里煮至表皮开裂后捞出，剥皮。2.准备各种香料，香菇腿切成小块。



3. 鱼肉切段，放入白胡椒粉、少许料酒、玉米淀粉、柠檬汁腌制15分钟。4. 剥掉皮的番茄切块。



5. 热锅凉油，油热的时候放入所有香料，小火煸炒出香味后放入少许辣椒酱。这个过程大概煸炒5分钟左右，炒出香味后捞出除香菇腿外的所有香料。6. 放入番茄、香菇块，小火煸炒至番茄熟烂。



7. 倒入番茄酱，翻炒均匀。8. 放入腌好的鱼片，尝一下味道，如果咸度差的话，稍微加一点点盐。鱼片熟后出锅撒葱花装饰即可享用。

据美食网

绿雪芽®

中国白茶标志性品牌

漯河旗舰店

白茶始祖 传世经典

~ Lv Xue Ya ~

一年茶 三年药 七年宝

地址：海河路39号 电话：0395-3386888

橙子皮泡水喝好处多

橙子皮泡水会有哪些功效呢？很多水果都可以通过泡水的饮用，这样会具有很多意想不到的功效，橙子皮就是其中之一。今天，想为大家介绍的就是橙子皮泡水的好处。

橙子皮泡水的功效

消食和胃。相信大家对于消食健胃的这个功效是最为了解的。如果身体中出现了消化不良或者是胃胀等肠胃不舒服的情况，都可以将橙子皮泡水喝，能够很好的缓解症状。除了自己制作橙子皮茶之外，也可以服用一些市面上制作好的橙子皮，这样健胃消食的效果也很不错。

化痰降逆。橙子皮是一味中药，取出之后晒干保存起来。如身体出现了痰多、咳嗽的毛病，取出适量的橙子皮泡水喝或者是直接服用都可以，能够很好的起到治疗效果。

治疗胸膈气滞。中医方面认为，橙子皮泡水喝之后具有理气化痰的作用。所以说，在身体出现了胸闷气滞的毛病之后，可以直接服用橙子皮茶，能够快速令身体恢复健康。

杀鱼蟹毒。很多人在吃了海鲜之后身体会出现中毒的情况，例如皮疹、肚子疼以及拉肚子等等，特别是吃了一些螃蟹或者是海鱼之后，这个时候可以泡上一杯橙子皮茶，能够很好的解决问题。

清新提神。研究发现，橙子皮中除了含有大量的胶质以及维生素C之外，香精油的含量也非常的可观。为什么橙子皮中会散发出一股淡淡的香味，这是因为橙子皮中含有香精油所导致的。这种香精油具有提神醒脑以及清新空气的作用，适合放在密闭空间。另外，很多人坐汽车之后会出现晕车的情况，这个时候闻上一会橙子皮，晕车的情况也能够得到治疗。

那么，要如何切橙子皮呢？

可把橙子放在桌面上，用手掌压住慢慢地来回揉搓，只要用力均匀地揉搓一会儿再剥，橙子就会像橘子一样容易剥皮，吃起来既干净又方便。

将橙子一只手掌按住放在桌面上，均匀揉搓，如果橙子表面用手按压微微有点软了，基本上就可以了，然后在靠近肚脐（就是地下那个象肚脐一样突出的地方）的地方用小刀轻轻划一个小口，切忌不要太用力划的太深了，用手轻轻的顺着切口剥开来就可以了。

不锈钢小勺子剥橙子皮，取一个长柄汤匙(最好是不锈钢的小勺子)，将橙子的顶部用刀切或者用小铁勺切下一小块，将汤匙沿着切开的地方，慢慢插入橙皮与橙肉的中间部分，再用力将汤匙顺着皮与肉之间的部分缓缓滑动，就可以轻松将橙子完整地剥出来，而且速度非常快。

只要将叉子沿橙子横着的一周插进去，然后划上一周，划完以后