



日本茶源于日本茶道，茶道精神仍然在今天的日本茶中传承光大。这就是保持一颗平常心。追求的不是物质上的富庶，而是心灵上的富有。有朋自远方来，不亦乐乎，真诚待客，珍惜相聚的欢愉。日本茶已经超越了单纯的润喉品茗，而具有更深远的意义。

日本茶含有各种有益于现代人健康的成分。一边品尝风靡全球的日本菜，一边品茗健康的日本茶，带来健康生活每一天。

日本茶在美丽大自然环抱的茶园中精心栽培，运用精湛的技术加工而成，是安全、高品质的茶。其香味细腻怡人，口感醇厚甘冽，请尽情尽兴地品茗日本茶吧。



## 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。

## 甜点、菜肴中加一点，日本茶不光好喝还好吃



在日本，有许多使用绿茶的食物。茶荞麦面、茶团子、抹茶蛋糕、抹茶巧克力……。既好吃，还能完全摄取茶的有效成分，非常健康。另外，可以将茶叶揉入面包和蛋糕中，可以像香草料一样增添菜肴的风味，美味可口，不妨试一试。

スイーツに、料理に、食べてもおいしい日本茶。

日本には、緑茶を使った食べ物がいろいろあります。茶そば、茶だんご、抹茶カステラ、抹茶チョコレート……。おいしいうえに、お茶の成分がまるごと摂取できて健康的です。また、パンやケーキに練り込んだり、ハーブのように料理の風味づけとして使っても、とてもおいしい！ぜひお試しください。

MAFF  
農林水産省

日本农林水产省

日本東京都千代田区霞关1-2-1

[www.maff.go.jp/e/oishii/](http://www.maff.go.jp/e/oishii/)

# 日本茶

高品质、安全又值得信赖的日本茶



# 日本茶 — 日本文化的深厚底蕴

## 最具代表性的日本茶的特点

### 代表的な日本茶の特長



#### <煎茶>

最常饮用的日本茶。茶水颜色一般绿中带黄，香味、甘甜、苦味巧妙融合，品质越高，香味就越高雅，口味就越甘甜。

<煎茶>最もよく飲まれている日本茶。水色(すいしょく)は一般的に黄色みがかかった緑色で、香り・うま味・苦味のバランスがよく、上級品ほど香りやうま味が上品に感じられます。



<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。



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分目ほど入れて冷ます。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。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。

●ワ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。

酷暑季节来一杯清凉日本茶，神清气爽。

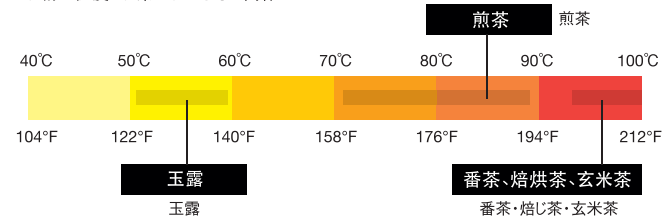
日本茶冰镇后也很好喝。诀窍是用平时1.5倍的茶叶量，将茶泡得浓浓的，然后用冰块迅速冰镇。

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、水で一気に冷やすのがポイントです。

## 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



## 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  
茶漉しで



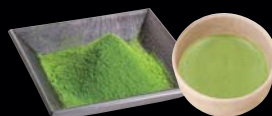
用滤纸  
ペーパーフィルターで



#### <玉露>

日本茶中最名贵的茶，具有独特的香味和柔和的口感，入喉甘甜而不涩，可口怡人。制作玉露的茶叶是采用独特的栽培方法培育而成的，这种栽培方法就是从新芽萌芽之际要遮住直射阳光20天左右。

<玉露>日本茶の中の最高級茶で、渋みをおさえた独特の香りとまろやかなうま味と甘味が特徴。新芽が出はじめた頃から20日間ほど直射日光を遮る独特の栽培方法で育てられた葉でつくられます。



#### <抹茶>

茶道中广泛使用的粉末状绿茶。香味优雅，口感甘醇浓郁，入水即溶，所以茶叶中所含的有效成分能完全被人体所吸收。

<抹茶>茶道でおなじみの微粉末の緑茶です。上品な香りと濃厚な甘味がおいしく、湯に溶いて飲むため、茶に含まれている有用成分をすべて摂取することが可能です。



#### <番茶>

采用长成后的茶叶为原料制成的日本茶。与煎茶相比少了点甘甜，但恰到好处地涩味和清淡爽口的口味值得称道，是家喻户晓的大众茶。

<番茶>成長した茶葉などを原料とした日本茶です。煎茶と比べてうま味は少なめですが、ほどよい渋味とさっぱりとした飲み口が特長で、庶民のお茶として親しまれています。



#### <焙烘茶>

强火炒制煎茶、番茶而制成的日本茶，浓香扑鼻，口味清爽。茶水的颜色是美丽的琥珀色。由于少了苦味涩味，老少皆宜。

<焙烘茶>煎茶や番茶を強火で炒った、香ばしく、さっぱりとした味わいの日本茶。水色は美しい茶色。渋味や苦味が少なく、子どもやお年寄りにも飲みやすいのが特徴です。