



Legend of Afternoon Tea 追根朔源 英式下午茶的那些门道

相传，英式下午茶的起源要归功于贝德福德公爵夫人七世Anna Maria Russell。在享用完午餐和晚上正餐开始之前，她用甜点和三明治当作小食，并邀请其他庄园的朋友一起享受这份雅致惬意，随后这项活动也就在各大庄园里蔚然成风起来。而在几百年后的中国，下午茶亦成为了都会人士轻松社交的一个必不可少的热门项目，Robb第一期的礼仪栏目就让我们共同了解下正统英式下午茶的方方面面吧。

撰文/WILLIAM HANSON 特别感谢/英然文化联合The English Manner@PEC、TWG TEA 编辑/MIKI TANG

在古老的英国，所有的社交礼仪文化都是从皇室走向民间，下午茶的文化亦是如此。中产阶级为了效仿上流社会在下午享用茶和清淡点心的风尚，发明了茶餐厅。1864年，出现了最早的茶餐厅Aerated Bread Company，ABC茶餐厅的成功经营开创了茶餐厅的风靡，Lyon、Fuller和Betty茶餐厅也相继创办。到19世纪80年代，女士们开始穿戴特定服饰参加下午茶活动。腰线剪裁舒适，缀以蕾丝花边的轻柔长裙成为了下午茶的传统服装。

不过现在很多人都分不清afternoon tea和high tea，afternoon tea是雅致脱俗的社交活动，high tea却不然：佐以high tea的通常是烟熏猪肉火腿、鸡蛋、培根派、奶酪、罐头虾、煎蛋和茶点。做为工薪阶级的主餐，high tea时间一般在下午6点。今次的下午茶话题，我们就先从afternoon tea的茶点和其食用方法聊起，探究下最传统的英国贵族们的下午茶文化。

传统英式下午茶中的茶点与标准食用方法

三明治

据说，三明治伯爵四世(John Montague)是三明治的创始人。Montague是一名嗜赌之徒，从不肯离开赌桌连用餐也不例外。为了不中断自己的赌局，他让仆人把肉和奶酪端到赌桌，但一不小心就会把手弄脏，这下可就搅了赌局。思来想去，他决定把食物夹在两片面包之间食用，以保持双手清洁。于是，三明治诞生了。

搭配下午茶的三明治都十分精巧雅致，面包一定会仔细切边，夹馅佐以烟熏三文鱼、鸡蛋沙拉酱、香芒鸡、猪肉火腿...以及，必不可少的黄瓜。在准备三明治的时候，夹馅切勿贪多，要是客人一咬就夹馅飞溅，那可狼狈至极了！拇指三明治可为长条长方形，或者三角形。在皇室堡邸中，三明治呈正方形，必须精巧雅致。



（上图）1840年的一天，在公爵夫人的沃本庄园里，Anna让仆人在两餐的间隙中为她准备一些茶和面包。过了一阵时间，她用甜点和三明治代替了面包，并邀请其他庄园的朋友一起享用下午茶时光。
（左图）谁又能想到三明治来源竟是因为三明治伯爵四世的好赌成瘾。



“享用司康饼时，只需用手指把其掰成两半，不需要用刀切开。”



司康饼

从苏格兰传来的司康饼曾经是三角形，用燕麦在平底锅上煎制而成。现在的司康饼一般为圆型，以面粉为主料用烤箱烘培而出。传说司康饼起源于苏格兰命运石，又称加冕石，是国王和王后的加冕之地，这样的石头只能在司康宫找到。

传统司康饼是简单的白司康饼；水果司康饼则是现代社会的产物。此外，是否添加红醋栗、无籽白葡萄或葡萄干，完全取决于厨师和客人的个人喜好。司康饼属于面

包类，所有的面包制品都是掰开，不是切开。即享用司康饼时，只需用手指把其掰成两半。工艺上层的司康饼中间都会有一条裂缝，借助这条裂缝，就能轻易掰开了。

果酱（绝不能用“陈货”）和冻奶油是传统的配料。在用茶匙从果酱盘里为自己舀出果酱前，一定记住先分享给身边的客人：不同的果酱和奶油需使用不同的茶匙以免串味。之后，再借用小刀，将果酱涂抹到司康饼上。先涂抹果酱或者奶油完全出于个人偏好，但通常来说，先果酱再奶油更为妥当。



（左图从左至右）用茶匙从果酱盘里为自己舀出果酱放入自己盘中，再借用小刀，将果酱涂抹到司康饼上。

特别要注意的是，与三明治不同的是，在食用司康饼时一旦抹好酱就不会再合起来，而是分两半食用。

糕点

蛋糕和甜点是最后一套，式样尤其多。最受青睐的有迷你布朗尼、马卡龙、袖珍萝卜糕、茶面包或者精巧草莓塔。

甜点又可使食用甜点变得更加优雅。甜点叉（如图）体积较小，使用时拿在右手。与普通叉最大的区别在于，普通叉有四个齿，而甜点叉只有三个，并且最左边的齿稍厚，如小刀一样锋利，以便使用者轻松切开糕点。

茶

要想品一杯氤氲缭绕的好茶，茶叶（散茶）远胜于茶包，因为茶包通常是用好茶的余料加工而成的。使用散茶时，茶漏（在沏茶时把茶漏放在茶杯上）是防止茶叶意外漏到茶杯的重要工具。不同的茶叶需要的水温也不尽相同，并非所有的茶叶都可用沸腾的开水，这也是大部分人准备茶水时常见的错误。几乎所有红茶都可以使用开水，但其他的种类的茶叶要求的水温不同，建议首先阅读包装后面的说明，或者咨询茶店和产商如何饮茶效果最佳。

关于饮茶的一些容易被忽略的细节

先加牛奶还是后加牛奶？

在下午茶起源的那个年代，英国庄园中一般会有楼上（贵族）和楼下（仆人）。只有住在楼下的仆人会先把牛奶加到他们的陶制马克杯中。原因很简单，这些马克杯质量低劣，遇到沸水可能会烫坏，因此他们总是先把冷牛奶先放入杯里，冷却的牛奶可保证杯子完好无缺。而住在“楼上”的贵族们，使用的是昂贵的骨瓷或搪瓷制品，这样即便先加入滚烫的茶水，再倒入牛奶，杯子也能完好无缺。所以，如果你先往茶杯里加入的是牛奶，那你的出身背景就一下被别人看穿了…

关于先加茶后加奶这个做法，一个更实在的理由是，沏茶前无法得知茶的浓度，因而无法把握加入牛奶的量。

茶的种类	°C	°F
白茶	75	160
绿茶	65~80	150~180
红茶	90~100	200~212
乌龙茶	88~93	190~200
花草茶	100	212

（上图）甜点无疑是下午茶的重头戏，每家餐厅的下午茶都有各自特色的甜点，善用甜点又可以让食用甜点变得更加优雅。



和国际专家学习 茶叶的搭配法则

茶叶和茶点的搭配

每一天、每一种心情都有一款合适的茶品与之搭配。黑茶是面包跟甜点的绝佳搭配，譬如印度大吉岭、阿萨姆跟尼尔吉里的黑茶，或是TWG Tea独家调配的伯爵早餐茶跟英式早餐茶。针对含蛋肉的三明治类，锡兰黑茶或烟熏茶就太好不过了，譬如TWG Tea烟熏伯爵茶或俄式烟熏茗茶。

下午茶时光，各种单品茶都可以跟甜点或是清口的三明治相搭配，当然，玫瑰芬香茶、苹果尊爵茶、艾方索黑茶等调配茶也是不错的选择。特别要注意的一点是，清淡口味或果味的糕点适合白茶或绿茶这一类同样清淡的茶品，而味道更重更腻的甜点则适合搭配蓝茶（乌龙茶）或黑茶调配茶，这样任一边的味道都不会盖过对方。

不同茶叶和茶具的搭配法则

为了冲泡一杯绝佳口感的茗茶，对细节必须格外讲究，譬如茶桌的布置以及茶具的使用。我会推荐TWG Tea玻璃与瓷制的现代艺术系列茶具。保温层能让茶水保温长至一个小时，这样就能长时间享用一杯热气腾腾的茗茶了。

玻璃茶具譬如法式玻璃水壶也是有趣的选择，特别适合盛装白茶、黄茶以及手工茶艺茶，透过玻璃壁，能看到茶叶在壶中浸泡舒展开来，景象曼妙。

关于茶杯的选择，需要注意颜色以及厚度。茶杯的内里必须是白色，尤其是呈现不同茶品时，白色的杯子内里能让不同品类的茶水的颜色一目了然。我会推荐TWG Tea经典午茶杯与现代艺术系列茶壶相搭配。

如何冲泡一杯绝佳茗茶

茶是一种文化与文明的映射，其本源应当被尊重，但同时又要跟不同地方的口味与茶叶匹配融合。想要产出最优质的茗茶，所有因素都不能忽视——气候、水质、空气、以及某一国家的味觉敏感度和饮食习惯。

冲泡茗茶之前，要注意茶叶量、水温、以及不同茶叶的浸泡时间，只有将这些因素考量齐全，才能让宾客拥有最佳的茗茶体验。上茶前，需将所有的茶叶滤掉，让茶汤由头到尾保持一样的浓度与味道。

用沸水将茶壶加热，及所谓的温壶，之后放入滤茶器；

将适量的茶叶放入加热后的滤茶器，



TWG Tea 银针特调白茶系列-奇幻白茶。

静候一会儿，让茶香开始散发出来；

将最适宜温度的沸水慢慢倒进茶壶，浸盖所有茶叶；

根据茶叶的种类以适当的时间将茶叶浸泡于水中；

将滤茶器取出，让茶汤由头到尾保持一样的浓度与味道。搅拌茶汤，让单宁均匀地散发至整个茶壶，之后将茶水倒入骨瓷茶杯。

人们常常会被茶叶的浓度以及其浸泡时间弄混淆，而影响了茶水的冲泡质量。茶叶在浸泡了三分钟后，就会释放茶碱，即让人兴奋的物质，之后口感苦涩的单宁释放出来，单宁跟茶碱相混合，茶叶的味道就全部出来了。茶叶浸泡的时间越久，单宁越重，茶碱也相应越淡，反之亦然。需要注意的是，不要让茶叶浸泡过久（尤其是黑茶碎茶），不然口感会苦涩难以入口。

水温的监测也是成功的关键之一。水温决不能达到沸点，最高达到摄氏95度（华氏203度）即可。沸腾的热水会失去水中的氧气成分，进而影响茶叶的香味跟口感。浸泡茶叶的水温因不同品类的茶叶而异。上好的白茶和绿茶应在较低温的水中浸泡（品质越好，水温越低），摄氏70度（华氏158度）的水温为宜，最适合浸泡稀有的白茶和绿茶。

通常，饮茶时最好净饮，不要添加任何牛奶、糖或者橙子。如您想要为茶增添一些甜味，可以加入特殊的白冰糖，因为这种糖不会影响茶的口感。有些地方的茶品适合添加一两滴冷牛奶，譬如锡兰、阿萨姆、南印度、印尼、南非、大洋洲以及非洲，尤其是这些地方出产的碎茶叶或茶末。绝对不要添加口味厚重的奶油或是柠檬，前者会盖过茶的本味，后者会改变茶的质感、颜色跟味道，最好用一小片橙子来代替。☺



William Hanson

Maranda Barnes

威廉汉森 (William Hanson)

他是世界顶级的社交和商务礼仪大师，被赞誉为英国最年轻的礼仪专家。也是唯一一名皇室礼仪类吉尼斯世界纪录保持者，是安卓、苹果平台上众多礼仪培训APP的作者。目前担任全球首屈一指的礼仪、礼节及管家服务培训公司The English Manner的资深培训师。

从英国皇家及VIP住宅，到私人游艇、酒店管理；从各国皇室到政府要员的外交礼节；从巴克莱银行 (Barclays Bank)，到宾利 (Bentley) 汽车，堡林爵香槟 (Bollinger Champagne) 的贵宾服务礼仪；从在校精英的国际形象，到名媛淑女的仪态指导，威廉8年来为来自世界各地的客户提供最正统的英式礼仪培训。

Maranda Barnes 玛兰达·巴恩斯

TWG Tea共同创办人兼传媒及商业开发总监

美国芝加哥出生，在法国接受教育熏陶，Maranda Barnes是一位充满热情的茶品鉴赏家，她将源源不绝的创造力注入TWG Tea传媒、公关与营销部门，打造独一无二且极具开创性的策略概念，并将其无与伦比的才华发挥在所有TWG Tea的产品包装上，展现世界国际奢华茶叶品牌TWG Tea的极致品味。

英然文化 (The Image Collective)

创立于2013年，是一家有专注于实现世界级最高标准服务与内容提供的精品活动管理及VIP服务公司。从国际舞台上引进最高标准的专业人士，结合中国高净值人群的具体需求策划以及定制高尚生活方式的各类精致活动以及专业课程，并提供相关咨询服务。

地址：上海市永嘉路386弄1号丙座
邮箱：info@theimagecollective.com.cn

如何握茶杯

茶应该盛放在茶杯中并放置在茶盘上，而不是马克杯中。握茶杯的时候，应该用大拇指和食指捏住手柄，不要将手指穿过茶柄。坐在较低的桌面上时（例如咖啡桌），茶盘要随茶杯一起，拿在手中，托到腰的高度，以用来接住滴下的茶水。当在较高餐桌上饮茶时，茶盘可以放在桌上，谨记茶要滴滴润饮，切勿囫圇而尽。

如何搅拌茶

如果需要搅拌茶，特别是在放入牛奶或糖之后，勿以画圈状搅动。一来动作有失优雅，二来这并不能有效加快糖的溶解速度。我们可以把茶杯想象成一个钟表盘，搅动的方向应该是指针6和12的位置，来回搅动。切勿用茶匙敲打茶杯，这不且会打碎瓷制品，还会发出令人尴尬的声音。茶匙可在杯口上方轻滴后放置在茶杯后面（既远离自己的那侧）。



（上图）
搅动茶匙方向应该是顺时针方向，搅拌完毕后，可在杯口上方轻滴后放置在茶杯后面

