

上周,《消费周刊》推出《冬日里的岩茶你喝对了吗?》后,引起不少茶友关注。不少茶友表示通过该篇报道了解了岩茶的轻火、足火等区别,希望这期能聊聊有关烘焙的相关知识。为此,本报记者邀请国家一级评茶师、晋江铁观音茶王赛特邀评委、咱厝老茶资深收藏玩家林时贤来聊聊烘焙那些事。

# 火候里见功夫 乌龙茶的烘焙之道



## 烘焙 是乌龙茶的独特工艺标签

乌龙茶,作为我国茶叶市场的一大品种,深受消费者喜爱。而想要制作出优质的乌龙茶,烘焙环节尤为关键。茶叶烘焙技术是指在茶叶制作过程中,通过控制温度和湿度等因素,对茶叶进行烘烤处理,使其水分逐渐挥发,从而达到提香、定型和保质的目的。烘焙技术的好坏,直接关系到茶叶的品质和口感。“大多数茶叶的加工,要求茶叶达到干燥即可。乌龙茶需在此基础之上产生一定的风味。除了蒸发水分、加长保质期和避免霉变之外,乌龙茶烘烤的最大作用是调和风

味、去除杂质、加强口味、固味。”林时贤表示,烘焙还能改变茶叶的色泽、香气和口感,使乌龙茶呈现出独特的“炭火香”,并保持茶叶的品质稳定。

烘焙可以说是乌龙茶最特有的环节,其他茶类大部分只要达到烘干即可,无需烘焙这一环节。乌龙茶的烘焙对于茶叶品质的提升具有重要意义。经过烘焙的乌龙茶,香气更浓郁,口感更醇厚,品质更上一层楼。茶友们在品尝乌龙茶时,不妨多关注一下茶叶的烘焙工艺,感受烘焙给茶叶带来的美妙变化。

## 温度掌握 是烘焙的灵魂

在烘焙过程中,茶叶的温度控制非常关键。温度过高,容易使茶叶烤焦,影响品质;温度过低,则无法达到烘焙的效果。因此,烘焙师傅需要具备丰富经验,才能烘焙出优质的乌龙茶。值得一提的是,乌龙茶的烘焙方法有多种,如电烤箱烘焙、炭火烘焙等。不同的烘焙方法,对茶叶的品质和口感都会产生一定影响。

林时贤说道,一般来说,清香型铁观音烘焙温度在60℃~65℃,浓香型铁观音温度在120℃,同时烘焙的时间需达到20个小时,分阶段进行烘焙。潮州的

凤凰单丛是110℃~120℃成型;武夷山的岩茶烘焙温度最高可达到150℃,这主要是武夷山独特的土壤环境,孕育了丰富的茶树种质资源。这些茶树品种,经过长时间的优胜劣汰,形成了独特的基因。因此,其对高温烘焙有着良好的适应性,这为岩茶能耐高温烘焙提供了前提条件。岩茶的制茶工艺为其能耐高温烘焙提供了技术保障。武夷岩茶的制作工艺,传承了千年,积累了丰富的经验。在烘焙环节,制茶师傅们掌握了恰到好处的高温烘焙技术,使得岩茶在高温烘焙过程中,能够实现内部物质的转化,提升茶叶的品质。岩茶的烘焙过程,实际上是一个复杂的生物化学反应过程。在高温条件下,茶叶中的水分、茶多酚、氨基酸等物质会发生一系列变化,形成独特的香气和口感。这些生物化学反应,不仅使岩茶呈现出丰富的风味,同时也提高了岩茶的耐泡性和保存价值。因此,武夷岩茶能够耐高温烘焙,且在烘焙过程中展现出独特的魅力。

乌龙茶的烘焙程度会直接影响到茶叶的品质。烘焙不足的茶叶,水分含量较高,容易变质,口感虽香也较涩;而烘焙过度的茶叶,虽然口感醇厚,但香气会被烘焙掉,口感也会变得空无内容,因此,烘焙师傅需要根据茶叶的实际情况,掌握好烘焙的火候和时间。

最后,林时贤表示,乌龙茶烘焙是一个充满技艺的过程。通过烘焙,乌龙茶的品质得以提升,口感更加醇厚,香气更加浓郁。而对于消费者来说,选择优质的乌龙茶,不仅需要关注茶叶的产地、品种,烘焙程度也是一个非常重要的参考因素。

## @咱厝人 买短期健康险要注意啥

“保费低至(最低)X元”“每月X元起”“保障高至(最高)X万”……这些保险宣传字眼你是否见过?近年来,“百万医疗保险”、“城市定制型商业医疗保险”等产品层出不穷,在让不少人获得健康保障的同时,也存在着不少纠纷。近日,针对短期健康险的产品设计、销售等问题,监管部门连发通知,规范短期健康保险业务经营,切实保护消费者合法权益。

### 严禁“0”费率

短期健康保险是指保险公司向个人销售的保险期间为一年及一年以下,且不含有保证续保条款的健康保险(团体保险业务除外)。

在《关于进一步做好短期健康保险业务有关事项的通知》中,通知提出,产品定价应当科学合理,严格按照定价的数据基础确定各期保险费率,不得通过随意调整精算假设等方式改变产品的费率结构,严禁出现“0”费率等各类明显不符合精算原理的情况。而在《关于短期健康保险产品有关风险的提示》中,针对产品责任设计、不当销售宣传词汇等进行了提示。其中提到,在符合监管规定的基础上,保险条款内容在保险期间内有调整变化的,应当确保告知投保人保险期间内的收费频率和每次收取的保费金额,使用“约定延期扣费”“自动续费”等类似方式收取保费的,要进行充分说明,确保投保人准确理解。签署的授权扣费协议应与产品的保险期间匹配,并确保告知投保人,若停止自动扣费,需如何进行操作。

在销售时,应对产品的免赔额、免赔责任、赔付比例、退保约定、保费缴纳方式等重要内容向消费者进行清晰告知和提示。不应使用“保费低至(最低)X元”“每月X元起”“保障高至(最高)X万”,以及“低至(最低)”“起”“高至(最高)”等词汇进行不当宣传。

### 重新认识短期健康险

记者了解到,目前,市场上的短期健康保险产品的保险期间一般是在1年及以下,且不保证续保;保险期间超过1年的,或包含保证续保责任的健康险,属于长期健康保险。两类产品的保障内容、保障时间、投保费用、续保条款等存在较大差别。

晋江保险从业人员王先生表示,消费者应根据自身实际情况,同时结合两类产品的优缺点,在充分了解后进行合理选择。购买时,消费者请务必认真阅读“短期健康保险产品投保须知”和产品条款,尤其是投保人如实告知义务及未如实告知会造成的后果、保险责任及除外责任、保险期间、保险金额、免赔额、赔付比例、等待期、退保约定、保费交纳方式、投保年龄与保费高低具有关联性等情况,广大保险消费者一定要结合自身需求和经济能力,做出理性选择。

## 理财“飞单”如何远离?



李速变李鬼,这样的情况你遇到过吗?理财产品规模的不断扩大,为广大投资者提供不同的选择,但一些不法分子也趁机混入其中,利用投资者对高收益的渴望,进行“飞单”等非法活动,给投资者带来了严重的损失。什么是“飞单”?如何鉴别“飞单”呢?本期我们重点关注。

### 注意甄别理财产品

“飞单”是指金融机构员工私下向客户推荐非所属机构发行或代理的其他第三方机构理财产品的行为。“飞单”对应的理财产品往往由非正规金融机构发行,产品资质缺乏保障,容易导致投资人遭受重大经济损失。此类行为在银行中是严令禁止的。

晋江银行工作人员表示,消费者购买理财产品一定要选择正规销售渠道。银行网点会在固定区域销售理财产品,且销售过程会进行录音录像。

购买理财产品时,要问清是银行自主发行的理财产品还是代销第三方理财产品。由银行自主发行的理财产品,均具有唯一产品编码,消费者可依据该编码在“中国理财网”查询相关产品信息;由银行代销的第三方理财产品,消费者可通过银行网点公示的代销产品清单,银行官方网站的在售产品信息专栏或通过拨打银行官方客服电话进行查询。同时,对于销售人员宣传收益率明显高于银行理财的金融产品,消费者一定要提高警惕。

### 不轻信“空头承诺”

在购买理财产品时,消费者不要接受银行、保险公司等机构工作人员推荐的其他公司的产品,不与银行、保险公司等机构工作人员个人签署投资理财协议。

业内人士表示,金融机构的工作人员在销售其他理财产品时,为了促成投资往往以个人名义出具“保单”“担保函”等材料,然而一旦涉案公司暴雷,这些材料并无任何法律效力。消费者应增强风险防范意识,不轻信“空头承诺”。

在购买理财产品过程中,消费者应关注购买产品的资金汇入账户。银行销售的正规理财产品,无论是自主发行还是代销理财,正规流程下购买资金由银行划款后直接进入本行账户,不会要求消费者向指定的账户进行转账或汇款。消费者应提高警惕,不要私下向销售人员交付资金,切勿汇款至其他个人账户或其他第三方公司账户。同时,消费者要妥善保管个人信息和确保账户安全,切勿将网银U盾、银行卡、存折及密码等交给金融机构工作人员或其他人员代为操作或保管。

## 火锅旺季来临 这样吃更健康



寒冷的冬天吃上一顿热腾腾的火锅,是再幸福不过的事情了。因为其既能满足人们的味蕾,又能为身体带来温暖,成为小伙伴们在寒冷季节里的“暖心之选”。但火锅要怎么吃比较健康?例如,涮火锅时,要注意哪些?为了让小伙伴们更好地品味火锅,本报记者特意梳理出一份冬日食用火锅指南,供小伙伴们参考。

### 天冷火锅走俏

“天气冷,吃火锅正合适。”“冬天里最惬意的事情就是跟好朋友一起涮火锅。”……日前,记者走访各大商圈发现,不少火锅餐厅生意火爆。“天气越来越冷,吃火锅成了我和家人、朋友聚会时的首选。不仅能品尝到美味的食材,还能感受到火锅带来的温暖,真是一举两得。”消费者林晓玲说道,火锅餐厅提供的食材丰富多样,包括肉类、海鲜、蔬菜、豆腐等,小伙伴可根据自身需求选择,非常方便。“进入冬天以来,到店用餐的消费者逐渐增多。”不少火锅餐厅负责人表示,为了回馈顾客,我们推出了优惠券、团购等促销活动,让顾客们能够更实惠地品尝到美食。

除了火锅餐厅,许多市民还选择在家自制火锅。超市里的火锅食材销量也随之上升。在大润发超市世纪店,记者看到火锅所需的羊肉片、丸子等冷冻食品摆放在冷柜显眼位置,各式各样的火锅底料及调料也摆在货架明处,许多小伙伴在货架前选购。大润发超市世纪店相关负责人表示:“天气变冷后,店里火锅食材的销量明显上升。”

### 注意涮菜顺序

另外,小伙伴怎样吃火锅更科学?泉州医高专附属人民医院主治医师、泉州市营养健康协会专家委员陈宜阳介绍,火锅的锅底种类繁多,如麻辣锅、清汤锅、鸳鸯锅等。在选择锅底时,

## 冬季饮红酒 避开这些“雷区”

随着气温逐渐降低,冬日里饮用红酒成为一种享受。然而,在寒冷的冬季,饮用红酒也有一些事项需要注意。那么,究竟有哪些“雷区”要避开呢?下面,我们来听听宁夏罗山红粉佳酿酒庄创始人、咱厝资深红酒达人姚金凤怎么说。

### 冬日适当饮红酒的好处

“冬天气温较低,人体的新陈代谢也会相对变慢。因此,在冬天适当饮用红酒有一定好处。”姚金凤告诉记者,冬天适当饮红酒,有助于帮助身体在寒冷的天气中保持温暖;还有,红酒中含有的多酚类物质和天然发酵乙酸可以促进人体新陈代谢;红酒中的多酚类物质具有抗氧化作用,可以降低血液中的胆固醇,预防动脉粥样硬化和心血管疾病;红酒中的酒精和酸性物质可以促进胃液分泌、增进食欲,帮助消化。还有,女性朋友适当饮用红酒,有助于美容养颜。红酒中含有丰富的酚化物、黄酮类物质和维生素等抗氧化物,有效抑制各类活性氧基团,消除和对抗氧自由基,起到抗氧化作用,有效延缓衰老。

据了解,葡萄酒中的天然原料及酿造过程,使它蕴藏有多种氨基酸、矿物质和维生素,这些都是人体必须补充和吸收的营养品。它可以不经过预先消化,直接被人体吸



收。当然,适当饮用红酒,还有助于放松心情,缓解压力。需要注意的是,虽然冬天饮用红酒有很多好处,但还是要适量饮用,避免过量饮酒对身体健康造成不良影响。建议每天一杯为宜。

### 这些“雷区”要避开

那么,冬日饮用红酒有哪些“雷区”要避开呢?姚金凤表示,有些人喜欢将红酒加热后饮用,认为这样能够更好地暖身。但是,加热

后的红酒会影响其口感和品质,同时也会影响其中的营养成分。因此,红酒不宜加热后饮用。如果喜欢喝冰镇红酒的小伙伴,建议可以将其冷藏后饮用。

冬天容易让人产生食欲不振的现象,有些人可能会选择空腹饮酒。然而,空腹饮酒容易导致酒精在胃内迅速吸收,对胃黏膜造成刺激,还可能增加肝脏负担。因此,在饮酒前应先吃一些食物,以减缓酒精的吸收速度。冬天饮酒时间的选择也有讲究。傍晚时分是饮酒的最佳时间,此时人体内的酶活性较高,能更好地分解酒精。还有,要避免在睡前或空腹时饮酒,以免对身体健康造成不良影响。

另外,一些小伙伴喜欢在饮用葡萄酒后,上来一杯浓浓的热咖啡。其实,二者同饮并不利于健康。众所周知,咖啡含有咖啡因,适量饮用可以带来兴奋和提神醒脑的功效,但如果与葡萄酒等酒类同饮,则会加速血液循环,刺激心脏和大脑,对心脏、大脑带来较大伤害,因此“美酒加咖啡”是并不科学的饮用方式。如果想“美酒”和“咖啡”二者兼得,那还是间隔着饮用吧,二者的间隔时间最好在三小时以上。

姚金凤表示,在冬季饮用红酒时,要避免以上误区,适量饮用、注意饮酒温度、搭配美食、选择合适的饮酒时间,这样既能品尝美酒的滋味,又有利于身体健康。

