

慵懒
Laziness
下午茶
afternoon tea

英国民谣这样唱道：When the clock strikes four, everything stops for tea.——当午后的时钟敲四下，世上的一切瞬间都会为茶而停。

在寒风凛冽的冬日里，找一个惬意的下午坐在落地窗前，约三五好友，品一杯浓郁的下午茶、读一段洗涤心灵的文字，已是快节奏都市人对“慵懒”假期最大的憧憬。相传，世界上第一个喝下午茶的人是19世纪初期，维多利亚时代懂得享受生活的英国公爵夫人安娜·贝德芙七世。贝德芙夫人常在下午4时感到意兴阑珊、百无聊赖，心想此时距离穿着正式、礼节繁复的晚餐还有段时间，又感觉肚子有点饿了，就请女仆

准备几片烤面包、奶油以及茶用来果腹。贝德芙夫人很享受享用茶点的过程，于是，经常邀请亲友共饮下午茶，闲话家常，同享轻松惬意的午后时光。一时之间，下午茶便在当时的贵族社交圈内蔚为风尚，名媛仕女趋之若鹜，形成了一种既优雅自在，又不失正统的英国红茶文化，这也是所谓的“维多利亚下午茶”的由来。

据说正宗的英国下午茶特色有三：优雅舒适的环境如家中的客厅或花园，请客的主人都会以家中最好的房间招待客人，当宾客围坐于大圆台前面，主人就吩咐侍女捧来放有茶叶的宝箱，在众人面前开启，以示茶叶之珍贵。女主人提前准备好亲手制作

的、丰盛的冷热点心和高档的茶具——细瓷杯碟或银质茶具，茶壶、过滤网、茶盘、茶匙、茶刀、三层点心架、饼干夹、糖罐、奶盅瓶、水果盘、切柠檬器等等，这些器皿全部银光闪闪、晶莹剔透，在缺乏阳光的英国，银质茶具往往透着人们对阳光的渴望。最好再有悠扬轻松的古典音乐来佐茶，宾主都要衣着得体。下午茶会是仅次于晚宴和晚会的非正式社交场合，维多利亚时代的女人们去赴下午茶会，必得穿着缀了花边的蕾丝裙，将腰束紧。饮茶时要滴滴润饮，点心要细细品尝，交谈要低声絮语，举止要仪态万方。男士则要衣着淡雅入时，举止彬彬有礼。

Music 音乐



既是慵懒的下午，怎能少了音乐的陪伴呢。皇室贵族的下午茶伴随的到底是浓郁富丽的巴赫还是浪漫精致的肖邦，我们不得而知。在今天，也许几支欧美流行音乐更能够烘托出慵懒下午的轻松与惬意，让思绪在非母语的背景音中肆意飞扬……

推荐：

- 《All About That Bass》—— by Meghan Trainor
- 《Blank Space》—— by Taylor Swift
- 《Let It Go》—— by Demi Lovato
- 《Need You Now》—— by Lady Antebellum



Book 书籍

如果你平时对着电脑、手机、ipad的时间远多于阅读纸质书籍，那么下午茶时关掉电子设备，读一本印制优良的图书便是再好不过的选择。

推荐：

- 《老生》—— 贾平凹
- 《我们仨》—— 杨绛
- 《坐久落花多》—— 杨葵

Flower 花朵

无论你选择在安静的客厅不被外界打扰，还是在暖阳下的窗前感受时光流淌，都可以选择一盆喜爱的植物陪伴左右。

推荐：

- 多肉植物组合盆栽
- 苔藓微景观生态瓶
- 水培风信子

Tea & Dessert 茶·甜品

英国人在下午茶时常选择的茶有伯爵茶、大吉岭红茶、锡兰红茶等。伯爵茶是一种混有佛手柑和其他桔类水果表皮萃取出的油脂香味的茶。伯爵茶是红茶迷皆知的调味茶代表性茶品，具有香味十足的佛手柑的优雅香气，令人印象深刻，适合直接饮用及冲泡奶茶。据说伯爵茶的制法是维多利亚时期，英国的一位外交大臣葛雷伯爵在出使中国期间，到中国内陆游历访问时所学会的一种古老的红茶混合制法。回到英国后将制法传授给开红茶店的杰克森，再经杰克森的改良，而形成今日的伯爵茶。这种制法所调配出的混合茶以中国红茶为基础，加上佛手柑熏制而成。伯爵茶具有独特的风味，香味浓郁迷人，添加牛奶后口感更为香美，深受欧洲上流社会的欢迎。大吉岭红茶产于印度孟加拉邦北部喜马拉雅山麓的大吉岭高原。当地年均温度15℃，白天日照充足，日夜温差大，谷地里常年弥漫云雾，孕育出独特的茶香，是世界三大高香茶之一。汤色红润明亮，优质的大吉岭红茶在白瓷杯或玻璃杯中显露出金色的黄晕，是上好好茶的标志。锡兰红茶又称为“西冷红茶”，源于锡兰的英文Ceylen的音译。此茶产于斯里兰卡，是一种统称，主要品种有乌

沃茶、汀布拉茶和努沃勒埃利耶茶，锡兰红茶一般根据口味可以分为原味红茶和调味红茶。锡兰的高地茶通常制成碎茶，呈赤褐色。乌沃茶汤色橙红明亮，上品的汤面环有金黄色的光圈，犹如加冕一般。汀布拉茶的汤色鲜红，滋味爽口柔和，带花香，涩味较少。努沃勒埃利耶茶无论色、香、味都较前两者淡，汤色橙黄，香味清芬，口感接近绿茶，可与烟熏味咸食、辛辣味、奶酪、甜品、巧克力等任何食物相配，可谓百搭。

正统的英式下午茶点心是用三层点心瓷盘盛装。第一层放三明治、第二层放传统英式点心司空饼、第三层则放蛋糕及水果塔。果酱架内一般装固体奶油、草莓酱、苦橙酱。现代的下午茶已经突破了“茶”的局限，作为华丽而优雅的一种生活方式，香槟也被纳入了下午茶的范畴。饮茶前先来一杯香槟，更增添了一份华丽感，通常是先上香槟再上茶。点心食用顺序遵从味道由淡而重，由咸而甜的法则。先尝尝带点咸味的三明治，让味蕾慢慢品出食物的真味；再啜饮几口芬芳四溢的红茶；接下来是涂抹上果酱或奶油的英式松饼，让些许的甜味在口腔中慢慢散发；最后才是甜腻厚实的水果塔，让整个下午茶在幸福甜蜜中接近尾声。

