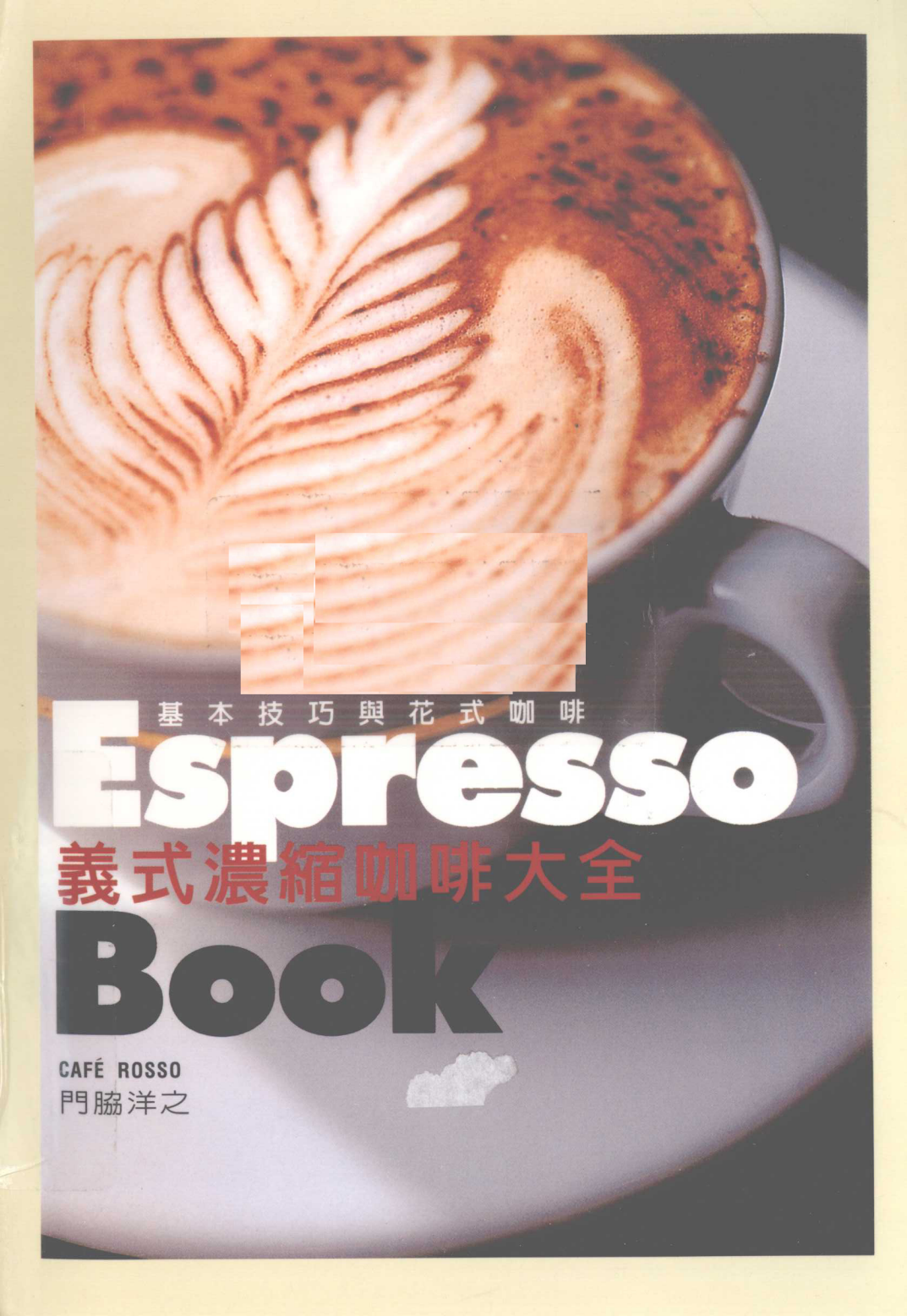




基本技巧與花式咖啡

Espresso

義式濃縮咖啡大全

Book

Café Rosso

門脇洋之

Espresso Book

CAFÉ ROSSO

Hiroyuki Kadowaki

OPEN

10:00a.m.

8:00p.m.



CAFÉ ROSSO

SALV A COFFEE

記得第一次接觸到義式濃縮咖啡(Espresso)時，深受震撼。當時，咖啡師(義大利文Barista)靈巧地操作義式濃縮咖啡(Espresso)機，逐一沖煮完成客人點選的每一杯咖啡，他的身影，至今仍令我難以忘懷。從未見過的機器、抽出方法、千變萬化的花式咖啡，讓我有種預感，這種充滿義大利藝術氣息與感性的咖啡，將風靡於世。

上好的Espresso，咖啡的香氣(aroma)會從杯中升起，飄散開來，含在口中時，味道(flavor)會刺激鼻黏膜，滑過喉嚨的一瞬間，可以感覺到稠度(body)的口感，而喝完後，仍然會沉浸在回韻(after taste)的芳香中。

Espresso，最重要的就是香氣(aroma)、味道(flavor)、稠度(body)、回韻(after taste)能夠達到完美的調和。這四種要素，會隨著咖啡豆的品種、研磨方法、抽出時間、氣壓、溫度等技術層面上的規則而產生不同的結果。因此，我在本書中所介紹的規則，僅供參考，請讀者在參閱本書之餘，能夠找到最適合自己的方式，尋得最滿意的口味。

相信很多人一定對卡布奇諾(Cappuccino)漂亮的拉花非常地感興趣吧？拉花，最重要的還是達到整體上的協調。將濃稠奶油狀，彷彿天鵝絨般的牛奶注入美麗的榛果色Espresso裡，就成了一杯表面像鏡子般閃亮誘人的Cappuccino了。相信您一定能夠了解到抽出適當的Espresso有多麼地重要了？

如果有人問我，何謂「咖啡師(義大利文Barista)」？我會回答「終極完美的咖啡藝者」。

因為，我認為一位專業的咖啡師須具備充分掌握將咖啡豆變成咖啡液間的所有細節及過程的能力，極盡所能地追求咖啡生豆的品質、烘焙、抽出等的完美，進而完成一杯杯終極品質咖啡的技巧。

而這也正是我所追求的目標。期望在不斷的研究下，能夠與更多的同好一起分享這份「美味香醇」的感動，精益求精。

2004年5月

How to make
espresso

chapter

1

義式濃縮咖啡(Espresso)的基本技術

contents

何謂「Espresso」？何謂「Barista」？.....008

1☞ 咖啡豆的研磨

二種磨豆機(Grinder)——錐形刀片與平行式(平板式)刀片.....012

調節研磨粗細刻度.....013

特濃義式濃縮咖啡(Ristretto)需研磨得比Espresso細.....014

淡式義式濃縮咖啡(Lungo)需研磨得比Espresso粗.....014

每次只研磨所需份量，以保香醇.....015

2☞ 填壓咖啡粉

填充咖啡粉的器具——過濾把手.....018

我為何要使用雙孔過濾把手.....018

將咖啡粉填充進過濾把手內.....019

讓咖啡粉掉入過濾把手內.....019

將咖啡粉整平，填滿過濾把手內，不留縫隙.....020

將咖啡粉填壓好.....021

填壓時的力道大小.....022

咖啡粉的份量.....023

3☞ Espresso機的設定

咖啡師(Barista)所使用商業用Espresso機的種類.....026

氣壓.....026

水溫.....026

抽出量.....027

抽出時間.....027

Ristretto與Lungo的水溫、粉量、抽出量、抽出時間.....028

沖煮出美味香醇義式濃縮咖啡的Espresso機.....028

4☞ 抽出Espresso

Espresso的抽出程序.....030

抽出的失敗範例.....031

如何確認抽出是否適當.....031



5☛美味Espresso需具備要素

乳脂(crema).....034

最適合盛裝Espresso的杯子.....035

Espresso加了糖，美味更加分.....036



6☛抽出後的清理工作

每次抽出後，如何清潔過濾把手.....038

抽出數十杯後，如何清潔過濾把手.....038

每日營業後，如何清潔機器.....039

每週一次的清理方式.....039



7☛打蒸氣奶泡

適合打蒸氣奶泡的奶泡壺.....042

打蒸氣奶泡時的注意事項.....042

溫度——絕不超過65°C.....042

時間——用蒸氣噴沖，一氣呵成.....043

質感——綿密濃稠而柔滑.....043

打蒸氣奶泡的程序.....044

蒸氣打泡後，須立即清洗.....046

分開使用蒸氣奶泡.....046

使用蒸氣奶泡.....046

使用熱牛奶.....046

使用奶泡.....046



8☛適合沖煮Espresso的咖啡豆

——混合與烘焙的知識

美味的Espresso源自於優質的咖啡豆.....048

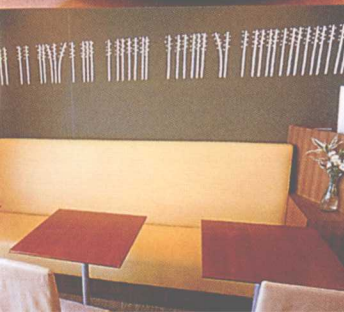
混合豆的調配——阿拉比卡種(Arabica)與羅巴斯塔種(Robusta).....049

調配混合出完美的味道.....050

認識烘焙.....051

烘焙大忌——燒焦.....052

咖啡豆的保存條件.....053



Basic & varied
drink
with espresso

chapter

2

基礎咖啡
& 花式咖啡

- 咖啡配方——沖煮前的注意事項.....054
- 單份義式濃縮咖啡Espresso Solo.....057
- 雙份義式濃縮咖啡Espresso Doppio.....059
- 特濃義式濃縮咖啡Espresso Ristretto.....060
- 淡式義式濃縮咖啡Espresso Lungo.....061
- 羅馬式咖啡Espresso Romano.....063
- 義大利美式咖啡Caffé Americano.....065
- 義大利美式冰咖啡Iced Caffé Americano.....067
- 可端特咖啡Espresso Corretto.....068
- 阿羅瑪咖啡Espresso Aroma.....069
- 瑪琪雅朵咖啡Espresso Macchiato.....071
- 康寶藍咖啡Espresso con Panna.....073
- 卡布奇諾——溼卡布奇諾Cappuccino——Wet Cappuccino.....075
- 巧克力卡布奇諾Cappuccino con Cacao.....077
- 卡布奇諾拉花——葉子Designed Cappuccino——Leaf.....078
- 卡布奇諾拉花——心形Designed Cappuccino——Heart.....080
- 卡布奇諾拉花——雪人Designed Cappuccino——Snowman.....082
- 卡布奇諾拉花——天鵝Designed Cappuccino——Swan.....084
- 卡布奇諾拉花——女孩Designed Cappuccino——Girl.....086
- 卡布奇諾拉花——小熊Designed Cappuccino——Bear.....088
- 乾卡布奇諾Dry Cappuccino.....091
- 豆奶冰卡布奇諾Iced Cappuccino with Soymilk.....093
- 拿鐵咖啡——義大利式Caffé Latte——Italian-style.....095
- 拿鐵咖啡——西雅圖式拿鐵藝術
- Caffé Latte——Latte Art in a Seattle-style.....097
- 香草拿鐵冰咖啡Iced Caffé Latte with Vanilla.....099
- 瑪琪雅朵拿鐵咖啡Latte Macchiato.....101
- 摩卡咖啡Caffé Mocha.....103
- 摩卡冰咖啡Iced Caffé Mocha.....105
- 摩卡奇諾咖啡Mochacino.....107
- 焦糖摩卡咖啡Caffé Mocha with Caramel.....109
- 白巧克力摩卡咖啡
- Caffé Mocha with White Chocolate.....111
- 法式香草拿鐵咖啡French Vanilla Latte.....113
- 布丁拿鐵咖啡Puddino Caffé Latte.....115
- 糖栗摩卡咖啡Marron Glace Mocha.....117
- 瑪羅奇諾咖啡Caffé Marocchino.....119
- 蒙地卡羅咖啡Caffé Monte Carlo.....121
- 巧克力抹茶咖啡
- Espresso & Green Tea with Chocolate.....123





蒙雪麗咖啡Mon Cheri.....	125
香蕉摩卡冰咖啡Iced Banana Mocha.....	126
草莓拿鐵冰咖啡Iced Strawberry Latte.....	128
雪克羅多咖啡Caffé Shakerato.....	131
亞歷山大咖啡Caffé Alexander.....	133
亞蘭奇雅塔咖啡Caffé Aranciata.....	135
草莓豆奶拿鐵咖啡 & 豆腐慕斯	
Soy Latte with Strawberry & Tofu Mousse.....	137
塔查多羅咖啡Tazza d'Oro.....	139
夏日夢幻咖啡Summer Vision.....	141
法瑞多咖啡Espresso Freddo.....	143
法瑞多摩卡Mocha Freddo.....	145
焦糖法瑞多咖啡Caramel Freddo.....	147
紅豆法瑞多	
Espresso Freddo with Sweet Beans.....	149
蘋果慕斯格拉尼塔	
Espresso Granita & Apple Mousse.....	151
義式咖啡冰淇淋Gelato con Caffé.....	153
提拉米蘇——Café Rosso式	
Tiramisu——Café Rosso-style.....	155

CAFÉ ROSSO的基本資料.....	158
咖啡，是我生活中不可或缺的一部分.....	165
為開店作準備，先修習蛋糕的製作.....	167
初次與Espresso咖啡館相遇.....	171
拮据的義大利Espresso之旅見聞錄.....	173
著手準備Espresso咖啡館的開業.....	174
CAFÉ ROSSO開張了！.....	176
因為目標崇高，所以不斷進步.....	178
義大利的咖啡師課程研修.....	178
與Cappuccino拉花的纏 闊.....	179
Espresso的咖啡豆不必深焙.....	179
最終目標——經營一家Roasteria.....	180
2001年獲日本咖啡師大賽冠軍.....	180
2003年挑戰世界咖啡師大賽.....	182

附錄	
材料器具哪裡找？.....	183

I run a café by the river

chapter

3

就我的從
這樣開Espresso
張了有開店實錄

,

Espresso，就是從約8g的咖啡豆，

在20~30秒間抽出僅20~30ml量的咖啡。

它的發源地是義大利。

Espresso即為義大利文，

亦為高速火車或快遞等意。

Espresso為在短時間內抽出之咖啡，

而高速火車或快遞也是以「迅速」為其賣點——

總之，它就是一個具有「快速」含義的詞彙。

何謂「Espresso」？何謂「Barista」？

同樣地，Barista也是義大利文。

在義大利，原為咖啡館(義大利文Bar)的老闆或侍者之意，

即在咖啡館內精通所有Menu及服務的人物。

Barista，是為了能夠沖煮出美味的Espresso，

對於咖啡豆的研磨方式、抽出時間、抽出量等所有要素特別用心，

接受鍛鍊成能夠熟捻地操作Espresso咖啡機，

以便隨時提供香醇可口Espresso的人物。

Espresso的基本技術



How to make espresso

22

ALL JAPAN
Barista
Competition
2003

咖啡豆的研磨



How to grind
coffee beans

二種磨豆機(Grinder)

——錐形刀片與平行式(平板式)刀片



A 錐形刀片

沖煮Espresso，需要可以將咖啡豆研磨到極細的專用磨豆機。而專用磨豆機，依刀刃形狀的不同，大致可分為錐形刀片(照片A)與平行式(平板式)刀片(照片B)兩種。至於應使用哪種磨豆機，得依使用的豆種或想要煮出的Espresso味道來做為選擇的考量。

研磨咖啡豆時，錐形刀片磨豆機，可在1分鐘內轉動400~600次，而平行式(平板式)刀片，可在1分鐘內轉動1400~1600次。轉動的次數越多，磨豆機就會因此發熱，導致咖啡豆被加熱，喪失美味。就這點而言，或許錐形刀片磨豆機較適合用來研磨咖啡豆。

然而，就研磨後粉的粗細均勻度來看，平行式(平板式)刀片磨豆機就比較佔優勢了。錐形刀片磨豆機，因其刀片的形狀，研磨成的咖啡粉較易產生研磨不均，粗細顆粒混雜其中的情況。相反地，平行式(平板式)刀片磨豆機，因2片刀片是平行地轉動來研磨咖啡豆，所以可以磨成均勻的粗細度。咖啡粉若粗細不均，Espresso的抽出品質就會不穩定。

此外，淺焙的咖啡豆，若是用錐形刀片磨豆機來研磨，因為會有些顆粒較粗，而讓味道出不來。反之，深焙的咖啡豆，若是用平行式(平板式)刀片磨豆機來研磨，則會因為顆粒較細，而讓味道過苦。

然而，無論是使用何種磨豆機，在長期使用之下，刀片都會逐漸變鈍。因此，錐形刀片磨豆機在研磨過約1000kg的咖啡豆，平行式(平板式)刀片磨豆機在研磨過約500kg的咖啡豆後，就應更換新的刀片了。刀片若變鈍，即使設定好了研磨的刻度，也會因為咖啡豆研磨不均，而使抽出品質不穩定。



B 平行式刀片
(平板式)



C 錐形刀片磨豆機
(義大利Mazzer公司
製造)



D 輪式刻度調節

調節研磨刻度

研磨刻度，就是指研磨過之粉的粗細度單位，磨豆機上會附有調節研磨粗細的轉盤。雖然Espresso的咖啡豆宜研磨到極細的程度，但是，研磨刻度的數值調整，及顆粒的粗細度，仍需視咖啡豆廠牌的不同而作適度的調整。

然而，咖啡師們到底是以什麼為標準來調節粗細刻度呢？答案是：以Espresso的抽出時間為判斷的基準。即粗細度的調節，以可在20秒至30秒*之間完成抽出的程度，是最理想的。建議您可以先用些咖啡豆來研磨、抽出試試看，若是在20秒前就完成抽出，就表示刻度應設定在研磨得更細一點，反之，若超過30秒，則刻度應設定在研磨得更粗一點。

抽出時間以20~30秒為標準

抽出時間短於20秒時 ➡ 應將刻度調整至研磨得更細

抽出時間長於30秒時 ➡ 應將刻度調整至研磨得更粗

我所使用的磨豆機(照片C)，為輪式刻度調節(照片D)之錐形刀片磨豆機。由於是輪式轉盤，因此可以做微調，如果不是，即使只是相差一個刻度而已，抽出時間也可能會相差5秒之久。對Espresso來說，5秒的差異，影響可就大了。

*抽出時間的長短標準，因不同的咖啡師而有異。有的人以大約21秒為準，有的人則是以大約30秒為準。我的標準為27~28秒。

特濃義式濃縮咖啡(Ristretto)需研磨得比義式濃縮咖啡(Espresso)細

特濃義式濃縮咖啡Ristretto(P.60)，為單份義式濃縮咖啡(Espresso Solo)約一半份量的濃縮咖啡(15~20ml)。喝這種咖啡，特別可以品嚐到萃取自咖啡豆精華的香醇美味。特濃義式濃縮咖啡(Ristretto)的抽出量雖然較少，但所需的豆量與抽出時間，卻和Espresso相同。因此，咖啡豆需研磨得比單份義式濃縮咖啡(Espresso Solo)稍微細一點，抽出速度需慢一點。

淡式義式濃縮咖啡(Lungo)需研磨得比義式濃縮咖啡(Espresso)粗

淡式義式濃縮咖啡Lungo (P.61)，為單份義式濃縮咖啡(Espresso Solo)約一倍份量的濃縮咖啡(40~50ml)，喝起來的味道比義式濃縮咖啡(Espresso)稍微淡一點。雖然抽出量較多，但所需的豆量與抽出時間，卻和Espresso相同。因此，咖啡豆需研磨得比單份義式濃縮咖啡(Espresso Solo)稍微粗一點，抽出速度需快一點。



每次只研磨所需份量，以保香醇



調整好研磨的刻度後，就可以按下磨豆機的開關，開始研磨咖啡豆。如果使用的是像13頁照片C這樣的磨豆機，磨好的咖啡粉，就會掉入中央銀色的筒(咖啡槽)內。

若要將Espresso的香醇美味發揮到極至，每次請只研磨所需的份量即可，切勿一次研磨好幾杯的份量。咖啡豆研磨後若沒立即沖煮，就會因接觸到空氣而逐漸喪失香味。

