

白领·品味生活

遇见一杯 好咖啡

许心怡 林梦萍 编著

全方位的咖啡指南
教你亲手煮出冠军级咖啡



中国建材工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

遇见一杯好咖啡 / 许心怡, 林梦萍编著. —北京: 中国建材工业出版社, 2002. 4

(白领·品味生活)

ISBN 7-80159-269-7

I. 遇... II. ①许... ②林... III. 咖啡—基本知识
IV. TS273

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 024584 号

遇见一杯好咖啡 (白领·品味生活) 许心怡 林梦萍 编著

出版: 中国建材工业出版社 (北京三里河路 11 号, 邮编: 100831)

联系电话: 010-68345931

印刷: 北京通州次渠印刷厂

经销: 各地新华书店

版次: 2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷

开本: 889mm × 1194mm 1/32 印张: 5

字数: 150 千字 印数: 1 - 10000 册

书号: ISBN 7-80159-269-7/Z · 043

定价: 23.80 元

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

白领·品味生活

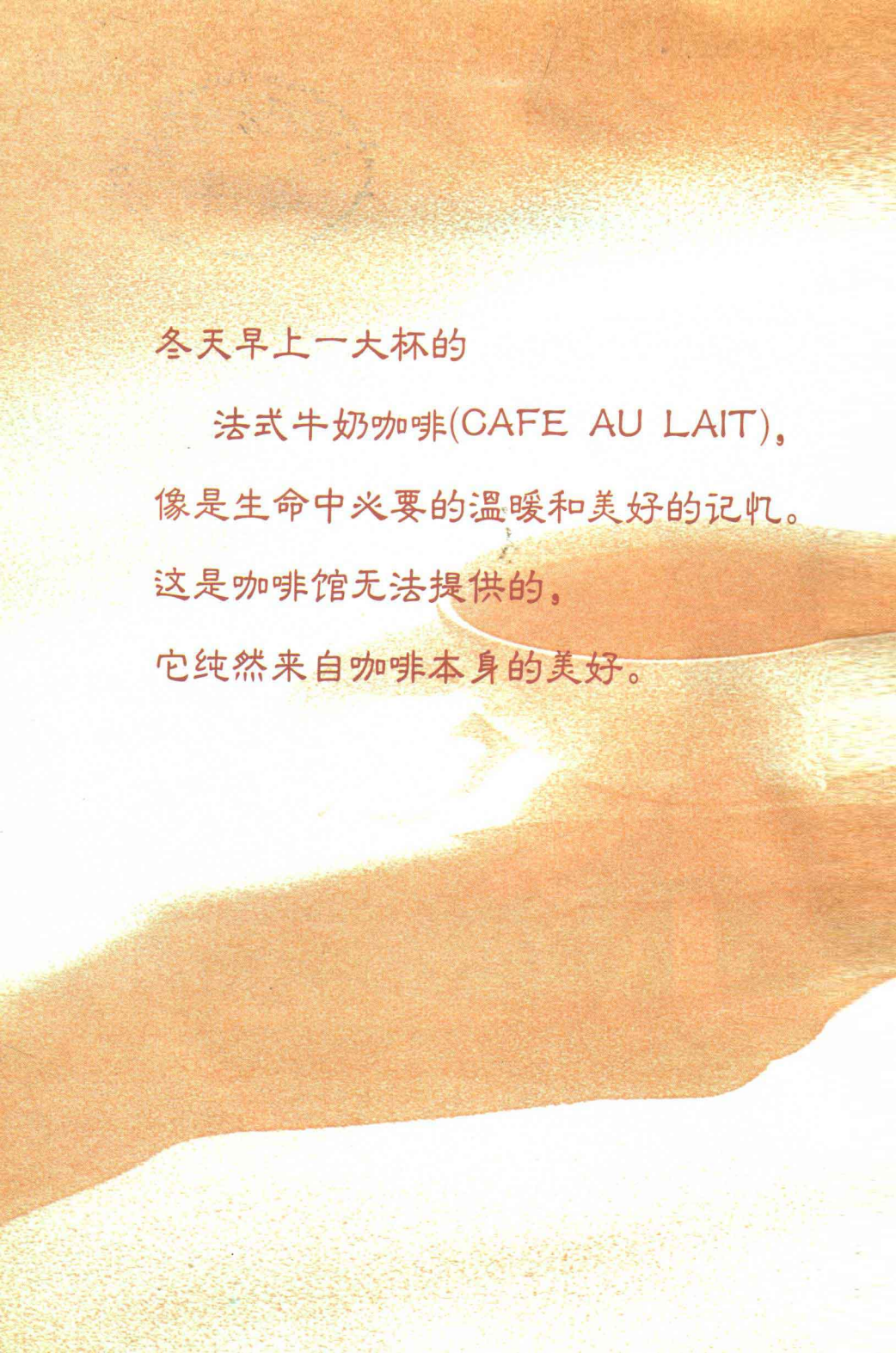
遇见一杯

好咖啡

许心怡 林梦萍 编著

AFE

中国建材工业出版社



冬天早上一大杯的

法式牛奶咖啡(CAFE AU LAIT),
像是生命中必要的温暖和美好的记忆。
这是咖啡馆无法提供的,
它纯然来自咖啡本身的美好。

在家也能喝到好咖啡

你是否曾经对某家咖啡馆里的香味念念不忘，
同时又对咖啡馆的咖啡秘技感到好奇呢？
除了在咖啡馆对一杯好咖啡品头论足外，

其实在居家生活里，
只要挑对咖啡豆、选对煮咖啡的壶具，
再加上煮咖啡的基本常识、并依据自己的口味来作调整，
一样可以自己动手煮出一杯接近完美的咖啡，
成为煮咖啡的行家里手。
想成为品味咖啡的大师，真的一点都不难！

这本书要做的，就是要提供一些具体可行的方法，
以Step by step的图文解说，
清楚解析煮好一杯咖啡的要领，
让你体会自己动手做的乐趣与诀窍，
其中详尽完整的内容，让你一卷在手，
就能迅速掌握煮咖啡的实用信息。

或许你从来不是积极的DIY族，
但也希望你可以通过这本书，
认识咖啡多一点点。
暖好咖啡杯，换上一双舒服的拖鞋，
让我们一起从煮咖啡的醇香中开始吧！

CONTENTS

目录

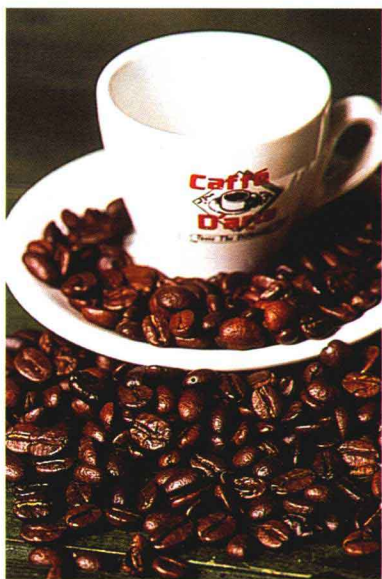
06 单品咖啡的世界

08 选好豆子，喝好咖啡

18 自己在家烘焙咖啡豆？

20 咖啡豆的研磨

22 想喝好咖啡，先磨咖啡豆



26 开始在家煮咖啡

28 滤泡式咖啡

38 摩卡壶咖啡

48 虹吸式咖啡

58 家用意大利咖啡机咖啡

66 法式滤压壶咖啡

72 美式咖啡机咖啡





78 自己做花式咖啡

- 80 卡布其诺
- 84 皇家咖啡
- 86 爱尔兰香味咖啡
- 88 拿铁咖啡
- 90 蛋酒冰咖啡
- 92 冰摩卡咖啡
- 94 抹茶咖啡
- 96 水果冰咖啡
- 98 冰红酒卡布其诺
- 100 卡布其那
- 102 牙买加霜冻咖啡
- 104 蝶豆咖啡
- 106 康加恋舞咖啡
- 108 雪国之秋(冰)
- 110 南国恋曲冰咖啡
- 112 交响乐咖啡
- 114 康宝蓝咖啡
- 115 玛琪哈朵咖啡
- 116 冰拿铁咖啡
- 117 冰砂咖啡
- 118 巧酥冰砂



120 咖啡点心

- 122 奥地利咖啡蛋糕
- 123 卡布其诺慕斯
- 124 咖啡松饼
- 125 摩卡蛋糕
- 126 提拉米苏

128 咖啡好搭档

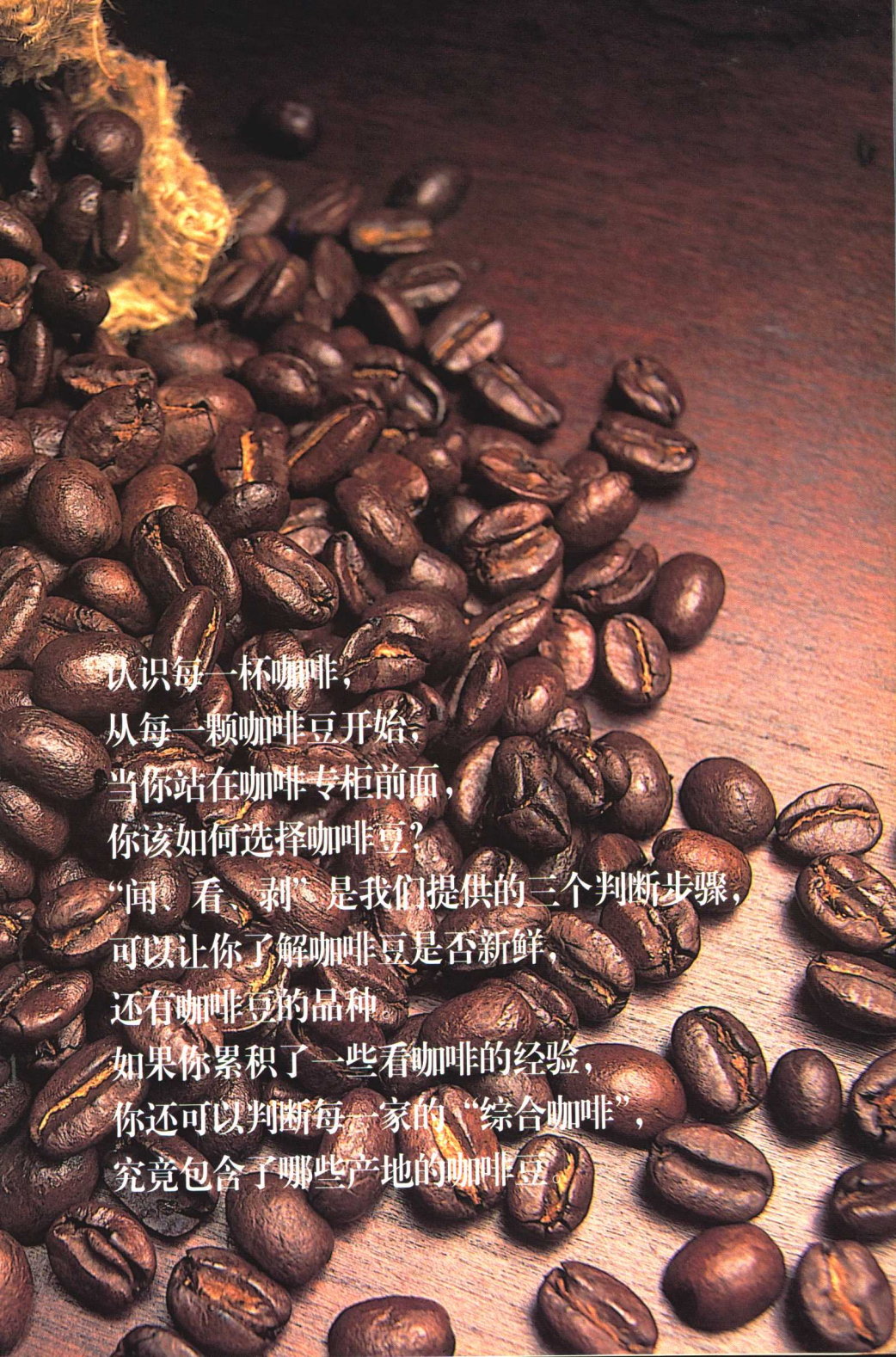
138 咖啡杯具之美

148 在家准备咖啡派对



单品咖啡 的世界





认识每一杯咖啡，
从每一颗咖啡豆开始，
当你站在咖啡专柜前面，
你该如何选择咖啡豆？

“闻、看、剥”是我们提供的三个判断步骤，
可以让你了解咖啡豆是否新鲜，
还有咖啡豆的品种。

如果你累积了一些看咖啡的经验，
你还可以判断每一家的“综合咖啡”，
究竟包含了哪些产地的咖啡豆。

选好豆子，喝好咖啡

选豆绝招

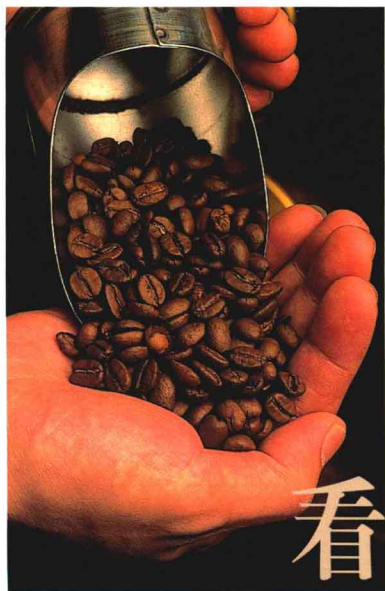
如何选择咖啡豆，其实可以分二个层次来谈：首先是选择新鲜的咖啡豆；其次是进一步认识和确定你选择的咖啡豆的产地和品种是否名副其实。

先谈第一个层次：如何判定咖啡豆的新鲜度。有三个步骤：闻、看、剥。



闻

靠近咖啡豆，用鼻子深深闻一下，如果咖啡豆够新鲜，你可以清楚地闻到咖啡的香气；相反，如果咖啡豆只剩下一点点的香气，或是开始出现油腻味（就像是花生或坚果类放久了也会出现的味道），表示咖啡豆已经完全不新鲜了。这样的咖啡豆，无论你花再多的苦心去研磨、去煮，也不会有一杯好咖啡出现。



看

确定咖啡豆的产地及品种，也看一下咖啡豆是否烘焙得均匀。



试着用手剥开一颗咖啡豆，如果咖啡豆够新鲜，应该可以轻易剥开，而且有脆脆的声音和感觉；如果不新鲜，你会发现好像很费力才能剥开一颗豆子。剥开咖啡豆的另一个重点则在于，看咖啡豆烘焙时的火力是否均匀。如果火力均匀，豆子里层和外面表皮的颜色应该一样；如果表皮的颜色很明显比里面深很多，这表示烘焙时可能火力太急了，那样豆子的香度也会明显受到影响。

在判定咖啡豆的种类之前，你先要有一个观念：咖啡豆几乎和茶叶一样，是有品种和产地之分的，不同产地的咖啡豆在外形上就有明显的不同。

在认识每一种咖啡豆之前，你可能和我一样，是用咖啡豆颜色的深浅来辨别豆子的，像通常认为最黑最油亮的是冰咖啡或是意大利咖啡；然后，就按照咖啡豆颜色深浅来排序，依次可能就是：曼特宁、巴西、哥伦比亚，颜色最浅的可能是摩卡。这种看起来好像行得通的方法，其实却是从咖啡豆烘焙的深浅来辨别豆子的。事实上每一种豆子都可以炒得黑黑亮亮，也都可以像摩卡一样只浅浅地炒成浅褐色，所以凭颜色划分咖啡豆的你认识的并不是咖啡豆本身，而是大家习惯的烘焙程度。

你现在大概可以了解，为什么有人喝了一辈子咖啡，同时还以咖啡老饕自诩，却有可能认不出烘焙程度一样的曼特宁和摩卡豆子。

在品种上，咖啡豆主要分为两种：一种是阿拉比卡Arabica种，另一种是罗布斯塔Robusta种。

两种豆子的比较大致如下：

Arabica 阿拉比卡种	Robusta 罗布斯塔种
多产于中南美洲热带地区	产于非洲中西部及东部的马达加斯加岛，亚洲的印度尼西亚地区
种植在海拔900~2000米的高山坡地上	种植在海拔200~600米的高山坡地上
需要高度人工密集照料	相比之下，不需太多人力
滋味较丰富	滋味较贫乏，偏苦味
咖啡因含量较低	咖啡因含量是Arabica的2倍左右
价格较高	价格较低， 所以多被收购作为即溶咖啡的原料
豆形较小，正面呈长椭圆形，中间裂纹窄而曲折， 豆子背面的圆弧形较平整。	豆形较大，正面渐趋圆形， 背面呈圆凸形，裂纹直， 有点像是大薏仁。

这是咖啡豆的品种，但是你可能会觉得奇怪：为什么这两个名字都没听过，也没在咖啡店里看到过？这是因为我们已经习惯的咖啡命名是用咖啡的产地来命名、分类，而不是以品种来分的。咖啡豆以产地来分别，就是为了让你不被不良的咖啡商欺骗（当然希望这种事情越少越好）。为了让你对咖啡豆有更进一步的认识，下面，我们就来认识几种比较常见的咖啡豆。



巴西

巴西是世界上最重要的咖啡产地，总产量占全世界的1/3，广大的国土上约有10个州大量生产咖啡豆。由于地域及气候的差异，品质难免良莠不齐，因此巴西咖啡豆按等级分为No.1~No.3, Screen18、Screen19，以求品质的整齐稳定，加工烘焙时也能有较好的效果。

巴西咖啡的香、酸、醇都是中度，苦味较淡，以平顺的口感著称。在各类巴西咖啡品种中，以Santos Coffee较著名。Santos Coffee 主要产于Sao Paulo州，品种为Arabica Bourbon，所以又被称为Bourbon Santos。Bourbon Santos的品质优良，口感圆润、带点中度酸，还有很强的甘味。Bourbon Santos被认为是做混合咖啡不可缺少的原料。



▲生豆

▲熟豆

蓝山

被认为是咖啡顶级品的蓝山咖啡，产于牙买加西部的蓝山山脉，并因此得名。蓝山海拔2256米，咖啡树栽种在1000米左右的险峻山坡地带。由于山地劳动力不足，产量也少，年产量只有700吨左右，价格自然不低。

蓝山咖啡豆形状饱满，比一般豆子稍大。酸、香、醇、甘味均匀而强烈，略带苦味，口感调和，风味极佳，适合做单品咖啡。不过由于产量少，市面上卖的大多是“特调蓝山”，也就是以蓝山为底，再加其他咖啡豆混合的综合咖啡。想喝纯粹的单品蓝山，在购买咖啡豆时可得多留意。



▲生豆

▲熟豆

哥伦比亚

哥伦比亚是世界第二大咖啡生产国，生产量占世界总产量的12%，仅次于巴西，而在生产“哥伦比亚·Mild”的国家中占居龙头地位。哥伦比亚咖啡树均栽种在山地，耕作面积不大，以便于照顾采收。采收后的咖啡豆，以水洗式精制处理。哥伦比亚咖啡豆品质整齐，堪称咖啡豆中的标准豆。

哥伦比亚咖啡豆豆形偏大，带淡绿色，具有特殊的厚重味，以丰富独特的香气广受青睐。口感则为酸中带甘、低度苦味，随着烘焙程度的不同，能引出多层次风味。中度烘焙可以把豆子的甜味发挥得淋漓尽致，并带有香醇的酸度和苦味；深度烘焙则苦味增强，但甜味仍不会消失太多。一般来说，中度偏深的烘焙会让口感比较有个性，不但可以作为单品饮用，做混合咖啡也很适合。



▲生豆

▲熟豆

曼特宁

印度尼西亚由一万多个小岛组成，不过咖啡产地仅限于爪哇、苏门答腊和苏拉威，Robusta种产量占90%，而曼特宁则是少数的Arabica种。曼特宁的颗粒较大、豆质颇硬，栽种过程中出现瑕疵的几率偏高，采收后通常要用人工挑选，如果控管过程不够严格，容易造成品质良莠不齐，加上烘焙程度不同会直接影响口感，因此成为争议较多的单品。



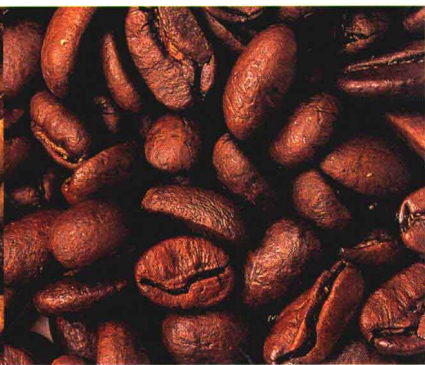
其实在蓝山尚未出现之前，曼特宁曾被视为咖啡的极品，因为它丰富醇厚的口感，不涩不酸，醇度、苦味和香度高，相当具有个性。



曼特宁适合中深度以上的烘焙，强烈的苦味可以表露无遗；中度烘焙则会留有一点适度的酸味，别有风味；如果烘焙过浅，会有粉味和涩味。



▲生豆



▲熟豆