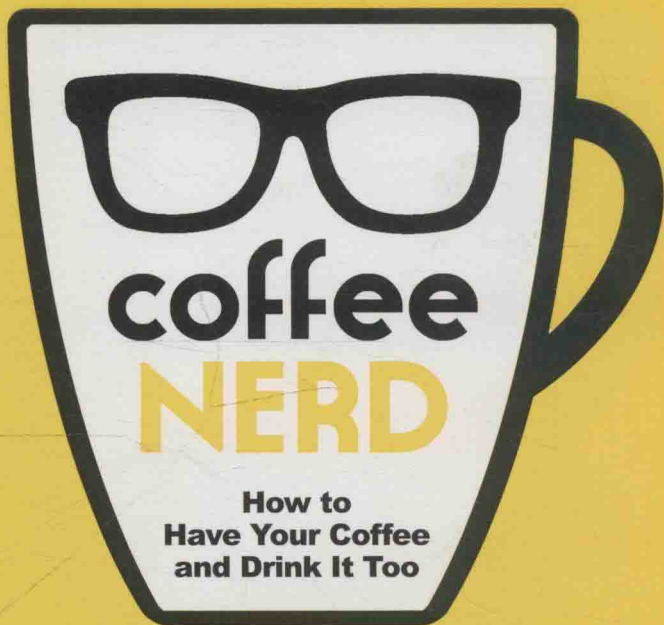
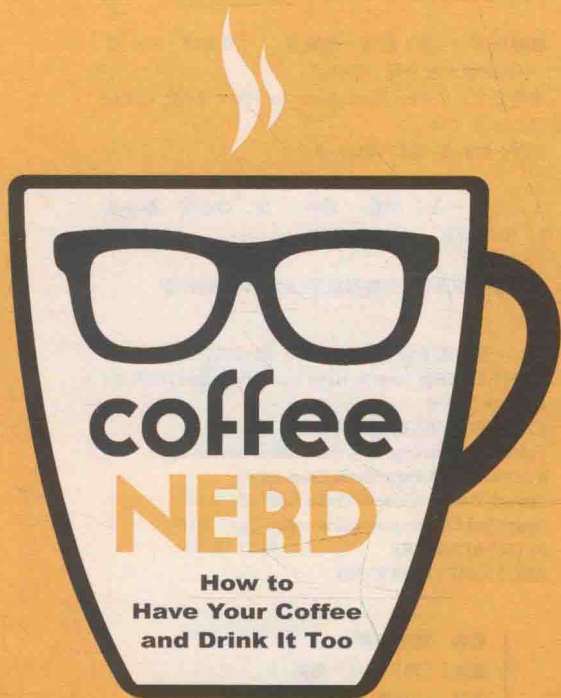


咖啡达人修炼手册！



# 咖啡极客

[澳]露丝·布朗 (Ruth Brown) 著 叶梦琳译



# 咖啡极客

[澳] 露丝·布朗 著 叶梦琳 译

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

咖啡极客 / (澳) 露丝·布朗著 ; 叶梦琳译. — 北京 : 中国友谊出版公司, 2018.5

书名原文: Coffee Nerd: How to Have Your Coffee and Drink It Too

ISBN 978-7-5057-4341-0

I. ①咖… II. ①露… ②叶… III. ①咖啡—基本知识 IV. ①TS273

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第048067号

著作权合同登记号 图字: 01-2018-2675 号

COFFEE NERD: How to Have Your Coffee and Drink It Too  
By Ruth Brown

Copyright ©2015 by Ruth Brown

Published by arrangement with Adams Publishing,  
a Division of Adams Media Corporation  
through Bardon-Chinese Media Agency

Simplified Chinese translation copyright © 2018  
by CREATIVE ART

ALL RIGHTS RESERVED

书名	咖啡极客
著者	[澳] 露丝·布朗
译者	叶梦琳
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	北京中科印刷有限公司
规格	787×1092毫米 32开 8.5印张 136千字
版次	2018年8月第1版
印次	2018年8月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5057-4341-0
定价	48.00元
地址	北京市朝阳区西坝河南里17号楼
邮编	100028
电话	(010) 64668676
版权所有, 翻版必究	
如发现印装质量问题, 可联系调换	
电话	(010) 59799930-614



## 目录

### Contents

介绍 / 1

1. 咖啡的故事 / 5

2. 咖啡的现状 / 19

3. 咖啡是什么 / 47

4. 寻找你的咖啡 / 88

5. 家庭调制 / 131

6. 咖啡豆选购 / 181

7. 调制指南 / 201

附录 A. 词汇表 / 253

附录 B. 美国计量 / 公制计量转换 / 259



## 介绍

从何时起，咖啡开始变得这么酷？

几年前，咖啡还只是 75 美分一杯的饮料，主要功效是用来提高学习效率，而且只有两款——普通咖啡和黑咖啡。

而到了今天，一杯咖啡的价格通常都在 4 美元以上，制作过程比过去多两倍时间，容量却降到一半。过去的咖啡屋只是一些放松的小角落，配备了破旧的沙发，同时也出售廉价松饼；今天咖啡屋已化身为一种时尚工业风格装修的实验室，顾客都像是 18 世纪的时髦人士或有钱的伐木工。

咖啡很容易被当成一种赶潮流的东西，像风靡一时的腌制野韭菜或酒吧扔沙包联赛。几十年来，潮流文化中的咖啡已从过去的廉价贸易品蜕变成一种象征着酷的图腾，

这种变化似乎仍未停歇。好消息是大多数人都和你一样还对不断变化着的咖啡文化困惑不已，所以你还有时间成为朋友圈里最潮的咖啡潮人。

尽管精品咖啡价格更高，但本地小店里 1 美元一杯的咖啡简直就是垃圾。想想看，你在几乎所有大城市里都能品尝到的由高级烘焙师烘焙，然后再交由备受好评的咖啡师用世界级设备萃取制成的一杯顶级咖啡，花费却不到 10 美元。

其实成为一个业余的咖啡权威人士也没有多少难度。比起你朋友艰辛训练 Crossfit 健身法或是奋战 Candy Crush SAGA 游戏，你只需要花费少得多的时间和金钱。

你问我是怎么知道这些的？其实，我跟你一样也都普普通通，每天早晨起床，去往办公室，电脑开机，然后在余下的一天时光开始之前，先去小厨房里手工现磨不多不少正好 20 克的新鲜烘焙的单品种咖啡豆，再彻底浸润上 4 分钟，萃取出一杯咖啡。我从来都不是一名真正的咖啡师<sup>①</sup>。对于咖啡，我全是凭着品鉴、尝试、失败、阅读，

---

① 很久以前——在我了解咖啡以前——我确实在一家配有一台意式浓缩咖啡机的酒吧工作过，但这段历史还是不提为妙。我想说的是，烧伤最终痊愈了，以及向所有点过脱脂牛奶的人道歉——我给你们的是全脂牛奶。

以及与人交流来学习的。所以，你一样也可以。

一旦掌握了这些知识，你就能把它渗透到生活中的其他领域，然后你会成为一个全面的更好更有趣的人<sup>①</sup>。试想这样的场景，你在书店里闲逛，假装浏览着文艺杂志，其实是希望有位不同凡响的时尚女士 / 男士能为你对捷克当代短篇小说的深刻见解所打动，然后答应你的邀约。达成这个美梦你都不用费劲地研究电影史，只需要几个小时以及 15.25 美元（你看，沙发底下就有个 25 美分的硬币），你就能用海量的谈资给他们留下深刻印象。怎么做？带给他们一次人生中最棒的咖啡约会。

你可以先带他们去一个没什么人知道的新颖的小咖啡馆，连 Yelp 上都没有它的记录，他们家甚至连收银机都没有。即使是最贵的饮料，你也心知付得起。你对咖啡豆的国外生长地域分布非常了解（Cariamanga, Sulawesi, Gakenke——这都是哪儿？别担心，你的约会对象也一无所知），听着就像是你去过很多地方旅行。下一步，你要创造机会来评论当前的地缘政治问题（“自从东帝汶从印度尼西亚独立出来，它的咖啡产业从品质上获得了

---

① 结果不能保证。

提升……”）。你常去本地小咖啡馆，和咖啡师相谈甚欢，让人觉得你是个积极的市民及社区成员，而你那精炼的味觉（“我尝到了焦糖味、丁香味，以及一点点粉红小熊软糖的味道”）更能彰显你的身份和品位。

大部分关于咖啡的书是由业内人士写的，而本书不是。我们这些普通顾客不需要也不想知道意式浓缩咖啡的分子结构是怎样的（我也完全不懂，所以这样甚好）——我们只是想知道哪种咖啡好喝而已。

所以就当这本书是让门外汉升级为咖啡极客的指南好了。从寻找一家咖啡馆，到调制出一杯属于你自己的饮品，我已经过滤掉很多没用的垃圾信息，最终归纳出了你所需要知道的全部内容，好让你能够从一杯咖啡中得到最多，以避免点单时的不知所措。

既然咖啡都如此酷了，你没理由不如此。





## 1. 咖啡的故事

最早有记录的历史得追溯到古埃塞俄比亚……嘿！我能看到你已经眼神飘忽了。放心，我了解的，你挑这本书是想知道如今的咖啡界正在发生什么好玩的，所以所以我们何必要讨论那些已经死了很久的非洲人呢？

或者我们换种说法：假设在全美巡回音乐节<sup>①</sup>的盐湖城站，你遇到一个十四岁少年并且尝试从他/她那儿了解朋克摇滚。当然，他/她或许能向你大概地介绍时下流行的T恤上印着的每个乐队的情况，但这样的描述还是会缺乏一些极为重要的历史和上下文背景。你真正需要了解的是那些在朋克之前诞生的乐队。

实际上，为了真正理解咖啡世界目前的情况，你不

<sup>①</sup> Warped Tour, 美国一个极限运动的音乐节。

仅要知道它们是什么，同样还需要去理解它们不是什么。正如朋克摇滚乐的兴起，一部分原因是上世纪70年代流行的精装商业摇滚乐的反抗，同样，当下的咖啡流行趋势在很多方面也是上世纪90年代开始的流水线式咖啡连锁店的抵制。

更严肃地说，真实的咖啡贸易发展历程是一段糟糕的历史。咖啡贸易是奴隶制、过度开发、贫困，以及环境破坏的加速器——某种程度而言甚至还会持续地助长它们。当你购买咖啡的时候，你就成了这个体系的一部分。你不需要非关心不可（我的意思是，你个混蛋当然应该去关心这些，但是没有人会逼你这么做），但你至少要知道那些你不关心的事物究竟是什么。

所以，请容忍一会儿，我会尽量把这些内容讲得少一点枯燥（或者你就是不想听这些絮叨，那就跳到下一章吧。这可是你的书，想怎么读都随你）。

## 源自非洲

所以那些古埃塞俄比亚人是怎么回事？咖啡树是埃

塞俄比亚的当地作物，古代的埃塞俄比亚人可能也一直都是用各种方法来取食咖啡果实、种子和树叶，自从不知道是哪个幸运的古居民体验到了咖啡因带来的振奋感并到处欢呼：“嘿，你一定要试试看，这玩意儿绝对会火起来！”

某个历史时间点上，又出现了一个机灵的城市居民，想出了将咖啡果实中那颗豆子形状的种子进行烘焙的方法，再把烘焙后的种子碾磨成粉，用热水煮开，最终就诞生了我们今天（算是）熟识的（差不多的）咖啡饮品。

## 走出非洲

接下来，咖啡狂潮席卷了阿拉伯。你不必对此感到惊讶，要知道也门距离好望角只有很短的航海距离。16世纪也门已经种植了很多咖啡树，穆斯林世界里到处都有咖啡豆的踪迹，而就在某个时刻，他们创造出了咖啡屋，尽管他们到好多个世纪之后才另外创造了蓝莓烤饼和诗歌之夜。

土耳其人对咖啡这种饮品特别喜爱，16世纪奥斯曼

帝国接管也门之后，开始加强控制当地的咖啡种植。他们热衷向其他国家推销咖啡豆，但同时又想持续垄断咖啡树和种子，而这个策略一直到了17世纪初才被一个狡猾的荷兰商人打破，他成功走私了一株咖啡树。

之后，这个荷兰人便在当时的荷兰殖民地，即今天的印度尼西亚、斯里兰卡以及印度西南海岸的土地上开始了咖啡种植业。

## 一路向西

17世纪欧洲商人开始购买这种充满魔力的豆子，起初他们只是想要在亚洲和中东日益增长的市场中分一杯羹，但最后结果是欧洲大陆的很多城市都为咖啡的魅力所倾倒，咖啡屋文化在欧洲兴盛起来。

欧洲人培养出对这种新式饮品的品味（坦白说，由于那个时候咖啡品质和制作工艺都相当糟糕，人们感受更多的只是一种新奇刺激），一些人开始对浓烈的土耳其式黑咖啡嗤之以鼻，为了取代它们，欧洲人过滤出咖啡中的沉淀物，再加入牛奶，调制出一种更适合欧洲人口味的咖啡。

其中最著名的，要数 17 世纪 80 年代维也纳最早出现的一批咖啡屋中的蓝瓶子咖啡屋（the Blue Bottle），他们过滤掉咖啡中的沙砾状沉淀物，然后加入牛奶。很多人相信正是这种调和的顺滑口感帮助咖啡赢得了更多青睐（之后，奥地利人又让在咖啡顶部加上搅打奶油的做法变得流行起来，而我们都知最终它变成了什么……）。

同样，17 世纪的英国殖民者也将咖啡引入了他们的美洲殖民地，但我们留待之后再讲这段，让我们先去看这片大陆上别的地方还有哪些更为有趣的故事。

## 咖啡登陆美洲

欧洲商人从亚洲买回生咖啡豆经过加工再卖回去，以此赚取了丰厚利润，所以自然而然地，一些国家便想占据整个供应链。于是在 18 世纪早期，法国和英国开始了殖民地的咖啡种植——主要是在加勒比地区。为了便于操作，他们在过去殖民地的甘蔗种植园基础上建立了新的咖啡种植园。

而当时掌控巴西的葡萄牙殖民者也想种摇钱树，于是

在 18 世纪 20 年代，他们从邻居法属圭亚那偷到了一些咖啡种子（想要深入了解所有迷人的细节，请阅读“咖啡史研究”的补充内容）。依靠奴隶制，巴西得以将咖啡种植业赶上其他南美洲和中美洲国家的水平，最终成为世界上最大的咖啡生产国。不过直到 19 世纪他们才真正发展成为巨头。

临近 18 世纪结束，如今的海地（当时是法国殖民地圣多明各），成为当时最大的咖啡出口地。但当地咖啡种植园的奴隶忍受着极为恶劣的生活和劳作环境（即使和 18 世纪的奴隶生存条件比起来也是相当恶劣的），他们反抗并毁掉了很多咖啡种植园——更不用提奴隶主了。

这使得锡兰（今天的斯里兰卡）——在英国的控制下——成为新的经济体。但在 19 世纪下半叶，一场被称作咖啡锈叶的疾病摧毁了这些植物，一同遭殃的还有印度和印度尼西亚的咖啡植株（当时英国大部分种植园改种茶叶，这也是今天的饮茶王国崛起的一个因素，尽管早期的英国也非常流行饮用咖啡）。

于是，这些现已脱离殖民的拉丁美洲国家开始随着咖啡产业而逐渐获得发展（但综合各种因素来看，这并不完全是一件好事——很多当地居民失去了土地，自然环境遭

受破坏，工人普遍受到剥削，而更糟糕的是，这一切只不过是满足整个世界对咖啡日益增长的贪婪而已）。

## 咖啡史研究

帝国间争夺咖啡的过程中，这些盗抢和谍战谱出了激动人心的，甚至算得上性感的一个个故事（只要你对殖民主义和奴隶制相关的部分选择暂时性忽略）。充满浪漫主义色彩的阴谋，虚张声势和偷运走私——这些咖啡的故事就像爱情小说。我们用这样的视角来认识历史上的两个混蛋：

加布里埃尔·马蒂厄·德·克利（Gabriel Mathieu de Clieu）是一名驻扎在加勒比马提尼克岛上的法国海军军官。18世纪20年代初，他构想在马提尼克岛上种植咖啡，与此同时他知道荷兰人将一株咖啡树送给了路易十四，而

这株植物正被供养在皇家植物园里。在前往巴黎的途中，德·克利就开始盘算要如何得手。据可疑传闻所描述的（好吧，虽说有点可疑，但仍是伟大的故事），他成功说服了一个法国贵妇人用女人的心机诱使某位皇家医师进入植物园盗取了咖啡树切枝再转到德·克利手中。

德·克利为这株咖啡树建造了一个小型温室，路途上种种艰难险阻，他遭遇了一场巨大的风暴，一次海盗的袭击，以及一个嫉妒心起的船员试图毁掉植株，但这株咖啡仍在温室里安然存活。1723年他终于到达马提尼克岛，并成功移植了咖啡树，从此开启了法国在加勒比地区繁荣的咖啡种植产业。

让我们快进几年，法国人和荷兰人咖啡种植园已经延伸到他们在南美的殖民地，相邻的巴西殖民地上的葡萄牙人对此非常嫉妒，但并没有一个帝国愿意与他们分享咖啡树种。到了



1727年，法属圭亚那和荷兰属圭亚那发生了边界争端，他们请葡萄牙人来调解。于是，弗朗西斯科·德·梅洛·帕赫塔（Francisco de Melo Palheta）中校正式登场。表面上，这位巴西军官被调派到法属圭亚那以解决争端，实际上他真正的任务是窃取法国人的咖啡树种。故事仍在继续，帕赫塔成功引诱了殖民地执政官的妻子，当他离开之际，执政官夫人赠送他一束花——里面藏了咖啡种子。

## 同时，在欧洲……

回到18世纪，欧洲文化中心，人们真正开始醉心于咖啡这一新饮品。coffee houses, cafés, kaf-feehäuser，不管阿姆斯特丹的人们怎么称呼它，咖啡厅像是小精灵一样快速复制增加。它们可不只是喝咖啡的地方而已——