

一本品饮咖啡的百科全书

王欣 编著

咖啡大全

『我不在家，就在咖啡馆，不在咖啡馆，就在去咖啡馆的路上。』
咖啡以一种最不招摇张狂的姿态，安安静静地席卷了全世界。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

一本品饮咖啡的百科全书

王欣 编著

咖啡大全

『我不在家，就在咖啡馆，不在咖啡馆，就在去咖啡馆的路上。』
咖啡以一种最不招摇张狂的姿态，安安静静地席卷了全世界。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

咖啡大全 / 王欣编著. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社,
2007.6

ISBN 978-7-80699-723-9

I. 咖... II. 王... III. 咖啡-基本知识 IV. TS273

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 041614 号

责任编辑: 李金秋 盛学国

特约编辑: 王晓慧

装帧设计: 飞鸟工作室

咖啡大全

王欣 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市动力区文政街 6 号

邮政编码: 150040 电话: 0451-82159787

E-mail: hrbcbbs@yeah.net

网址: www.hrbcbbs.com

全国新华书店经销

北京京师印务有限公司印刷

开本 720×980 毫米 1/16 印张 16.25 字数 300 千字

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80699-723-9

定价: 31.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-82129292

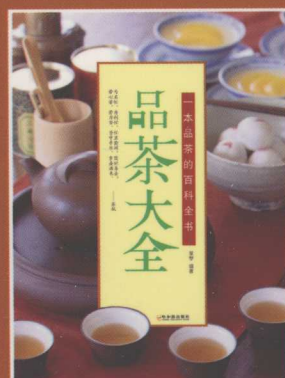
本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨



总有一种味道会在某一个时刻打动你，如同拳击的技术性击倒，无处可逃。于我，那种味道的名字叫咖啡。咖啡把四种味道（酸、苦、甜、涩）融于生活轨迹中，谁都无法选择。所以学会品味、聆听咖啡生活之曲将会让人懂得什么是真正的幸福。

本书是品饮咖啡的百科全书。如果你想和咖啡豆有进一步的接触，那么，从如何挑选豆子，如何烘焙，如何煮到如何享受，都有温声细语的师傅在旁边指导。然后你会发现，其实煮咖啡一点儿都不难。尤其是用手摇磨豆机磨豆子更是一种乐趣，就像是将整个过程回复到最古老的状态。

咖啡大全



责任编辑：李金秋 盛学国

特约编辑：王晓慧

装帧设计：飞鸟工作室 装帧设计：沈家坤

网站支持：MOGOKO.com 墨客
打造中国最大的版权交易门户

目 录

第一章 咖啡的故事

咖啡的起源与传说/2

- 牧羊人的故事 2
- 阿拉伯僧侣的传说 2
- 加布里埃尔·马蒂尔·德·克利 3
- 伊斯兰教徒担当了推广咖啡的要角 ... 4

咖啡的发展史/5

咖啡树/9

- 咖啡树 9
- 咖啡树的种植条件 10
- 咖啡树的种类 11

世界咖啡产地指南/13

- 中美地区 13
- 南美洲 21
- 非洲 26
- 亚洲 36
- 澳大利亚及太平洋边缘地区 41

第二章 咖啡豆

咖啡豆的处理/46

- 摘收 46
- 粗加工 48
- 去壳 53



目 录



抛光	54
分等和分类	54
储存	55
运输	57

咖啡豆的烘焙/58

烘焙决定味道	58
浅度烘焙、中度烘焙、深度烘焙	58
煤气烘焙、炭火烘焙、红外烘焙	62
手工烘焙	65

生豆的购买和保存/67

咖啡豆的品种	67
生咖啡豆的选择	68
生咖啡豆的保存	75

熟咖啡豆的购买和保存/77

如何挑选熟豆	77
购买时要注意选店	79
熟豆的保存	81
咖啡豆的包装	84

咖啡豆的研磨/87

自己磨豆好处多	87
咖啡磨豆机	90
在家研磨咖啡的其他器具	91

目 录

第三章 选择自己喜欢的咖啡煮法

- 滤纸冲泡法/94
- 法兰绒滤网冲泡法/96
- 伊芙利克冲泡法/99
- 美式咖啡壶冲泡法/100
- 法式滤压壶冲泡法/103
- 虹吸咖啡壶冲泡法/105
- 摩卡壶冲泡法/109
- 意大利家用咖啡机/112



第四章 咖啡的品饮

品饮咖啡的几个技巧/116

- 视觉品饮 116
- 嗅觉品饮 116
- 味觉品饮 118
- 触觉品饮 119
- 优良品种的品尝 124



咖啡品评/128

- 一般品评 129
- 专业品品评 131
- 影响咖啡品味的因素 133



目 录



咖啡杯/135

- 咖啡杯的种类 135
- 咖啡杯的选择 136
- 咖啡杯的拿法 139
- 咖啡杯的清洗 140

咖啡伴侣/141

- 咖啡与糖 141
- 咖啡与奶 142
- 咖啡与香料 146
- 咖啡与水果 146
- 咖啡与酒 146
- 咖啡与佐餐 147



第五章 咖啡与健康

咖啡与健康知识/150

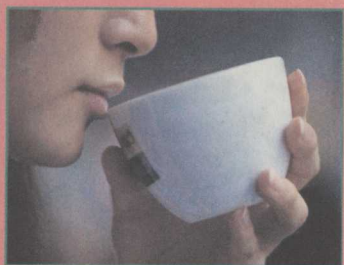
- 认识咖啡因 150
- 喝咖啡有益健康 154

喝咖啡的学问/157

- 喝咖啡讲究多 157
- 喝咖啡会上瘾 159
- 贪饮咖啡会致病 160

咖啡的保健功效/164

- 减少患糖尿病几率 164



目 录

升压、降压的功效	164
减肥抗衰老	165
抗痴呆	165
保健大脑	165
改善眼睛干涩	167
预防胆结石	167
预防癌症	167
防止放射伤害	169
哪些人不适合饮用咖啡	170

咖啡与瘦身、美容/173

咖啡瘦身法	173
咖啡美容护理	174

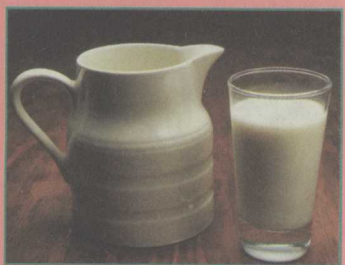
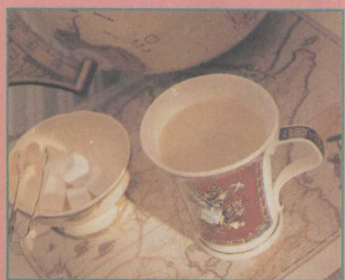
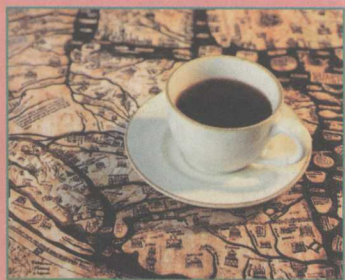
第六章 咖啡美味 DIY

咖啡自己做/178

卡布奇诺冰咖啡	178
冰摩卡咖啡	180
摩卡冰淇淋咖啡	180
摩卡薄荷咖啡	181
摩卡冰杰伯	181
蛋酒冰咖啡	182
冰红酒卡布奇诺	182
水果冰咖啡	183
雪国之秋	184



目 录



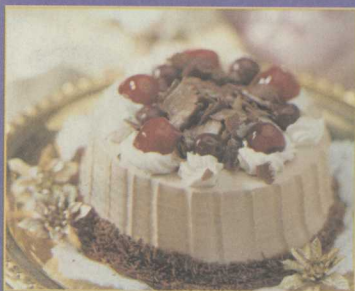
冰拿铁咖啡	185
冰砂咖啡	185
巧酥冰砂	186
南国恋曲冰咖啡	186
交响乐冰咖啡	188
鸳鸯冰咖啡	188
皇家咖啡	189
抹茶咖啡	190
蝶豆咖啡	191
康加恋舞咖啡	191
康宝蓝咖啡	192
玛琪哈朵咖啡	193
柠檬黄咖啡	193
啤酒咖啡	194
梅兰锡咖啡	195
薏米咖啡	195
那不勒斯咖啡	195
印第安咖啡	196
美国马萨克郎	196
法国别尔宾咖啡	197
法利赛亚咖啡	198
玛莉亚·泰勒吉亚咖啡	198
墨西哥咖啡	199
墨西哥情欲冰咖啡	199
意大利泡沫冰咖啡	200
夏威夷冰淇淋咖啡	200

目 录

日本抹茶咖啡	200
俄式咖啡	201
俄式浓冰咖啡	202
牙买加霜冻咖啡	202
维也纳冰咖啡	203
米朗琪咖啡	204
爱尔兰香味咖啡	204
弗莱明咖啡	205
越南滴滴咖啡	206
土耳其咖啡	206
莫扎特冰咖啡	207

咖啡点心自己做/208

奥地利咖啡蛋糕	208
摩卡蛋糕	209
摩卡奶油蛋糕	210
咖啡松饼	211
鲜奶咖啡松饼	211
咖啡猫舌饼	212
提拉米苏	213
咖啡奶油点心	213
咖啡小点心	215
卡布奇诺慕斯	215
摩卡布丁	216
起司奶油冻	216
咖啡溜溜球	218



目 录



第七章 咖啡礼仪

- 衣着与言谈举止/220
- 喝咖啡的服务方式/221
- 各国喝咖啡的习惯/225

第八章 咖啡文化

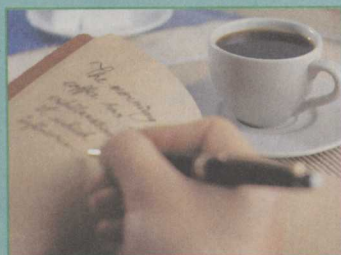
各国的咖啡文化/230

- 中国——时尚品味 230
- 法国——优雅浪漫 230
- 维也纳——音乐之都 232
- 美国——百无禁忌 233
- 意大利——热情洋溢 234
- 中北欧——温和理智 235
- 阿拉伯——摄人心魄 236
- 埃及——古色古香 237
- 苏丹——悠闲舒适 238
- 日本——花蕾初放 239

名人与咖啡/241

走进咖啡馆/243

- 法国咖啡馆 243
- 维也纳咖啡馆 247
- 美国的咖啡馆 249



第一章 咖啡的故事

现在,咖啡已经成为我们生活中不可或缺的一部分,咖啡的产量、消费量、产值都居世界三大饮料作物之首。咖啡最初是供原产地的居民或美食家享用的,这使咖啡带有一定的地域性。随着贸易的发展,混合咖啡逐渐取消了这种地域局限性,咖啡成为了一种国际型的混合饮料。

那么,我们不禁要问,在静寂的森林深处悄然而生的咖啡,到底是怎么被人们发现的呢? 又是怎么被世界各地所接受的呢? 以及它又是怎样被栽培的呢?

对于咖啡的起源,有种种不同的传说。在寻找咖啡豆的漫漫旅途上,我们似乎可以感觉到人们在探索中的热情与冒险的罗曼史。





咖啡的起源与传说

牧羊人的故事

在咖啡起源的种种传说中,最普遍且被人们称为最有趣的是牧羊人的故事。“牧羊人的故事”也可以称它为“卡尔弟的传说”。牧羊人的故事起源于黎巴嫩语言学家法司特·奈洛尼(1617—1707年),其在1671年写的《不知睡眠的修道院》中写道:

7世纪初,在埃塞俄比亚高原的衣索匹亚,有个名叫卡尔弟的牧羊人,有一天他到新草原去放牧,突然发现羊群竟在那里不停地蹦蹦跳跳,异常兴奋,即使深夜也无法入睡,于是跑到阿比西尼亚修道院求救。

经修道院院长及修士调查,发现山羊是吃了矮树丛上的红色果实,才显得特别兴奋,于是,将它采摘回去煮,没想到满屋芳香,喝下后更是精神兴奋,一夜都无法入睡。于是,院长把这种汤分派给做晚礼拜打瞌睡的僧侣饮用,他们吃完后都觉得神清气爽,效果非常好。

后来,该果实被用来做提神药,而且颇受医生们的好评,从此广泛流传开来。

阿拉伯僧侣的传说

“阿拉伯僧侣的传说”也可以称它为“雪克·欧玛尔传说”。这是伊斯兰教徒阿布达尔·卡迪在1587年的《咖啡由来书》中所记载的故事。故事发生在十三世纪也门山中。

1258年,因犯罪而被族人驱逐出境的酋长雪克·欧玛尔,流浪到离故乡摩卡很远的瓦萨巴(位于阿拉伯)时,已经饥饿疲倦的他再也走不动了,于是就在一棵



树根上坐下休息,忽然听到他以前从没听到过的一种极为悦耳的啼叫声。于是,他抬头寻找,却发现有一只小鸟飞来停在枝头上。再仔细一看,才明白那只小鸟是在啄食枝头上的果实后,才发出这美妙的啼声的,于是他便将那一带的果实全都采摘了下来。

回去后,雪克·欧玛尔便将这些果实放入锅中加水熬煮,不一会儿竟开始散发浓郁的香味,不但觉得很好喝,而且喝了之后还觉得疲惫的身心一下子振作起来,于是他采下许多这种神奇的果实,遇到有病人时就拿给他们熬汤来喝。由于他四处行善,国王和故乡的人就原谅了他的罪行,让他回到了故乡,并推崇他为“圣者”。

加布里埃尔·马蒂尔·德·克利

这是关于咖啡的传说中最富有浪漫色彩的故事之一。

加布里埃尔·马蒂尔·德·克利是曾在马提尼克岛任职的一个法国海军军官,大约是在 1720 年或 1723 年,他从巴黎回到马提尼克岛时,弄到了一些咖啡树苗准备带回去栽种。然而,回到马提尼克岛时,树苗却没有成功存活下来。于是他又一次回到了巴黎。这一次他非常精心地呵护着咖啡树苗。

船是从南特起航的,他把树苗保存在甲板上的一个玻璃箱里,因为玻璃箱能防止海水冲溅并具有保温作用。不幸的是当船行驶到中途时,遭受了来自突尼斯海岛的威胁,还经受了一场暴风雨。但这些并没有让德·克利产生放弃树苗的想法,而是更增强了他细心照料树苗的决心,最终将树苗保存了下来。但是在他乘坐的船中因有人妒忌他,想要破坏这棵小树苗,德·克利又怎能让他破坏呢?在争斗的过程中,小树苗的一根枝条还是被折断了。为此,他非常的伤心。

后来,有一次,船搁浅了,船上的饮用水已经不能自足了,于是德·克利就用自己的水来浇灌这棵树苗。小树终于没有辜负他的期望,成功地抵达了马提尼克岛。

德·克利把咖啡树种在普里切,周围种着荆棘灌木,由手下人日夜看护着。1726 年,这棵小树生根发芽,开花结果,获得了首次的丰收。据说 1777 年在马提尼克岛就有一千多万棵咖啡树,还有些被运到海地、圣多明各和瓜德罗普。

遗憾的是,1724 年 11 月 30 日德·克利在巴黎去世,没能活着看到这一成就,但他却从此受到了人们的敬仰。为了纪念他,人们于 1918 年在马提尼克岛的



法国福特植物园树起了一座纪念碑。

伊斯兰教徒担当了推广咖啡的要角

咖啡成为人们的饮用品,据说是开始于十一世纪初期,在阿拉伯的古文献上可以看到该项记载。

在这之前,阿拉伯地区是将咖啡生豆晒干了再煎煮后当胃药喝的,但后来得知咖啡还具有提神效果,再加上伊斯兰教戒律严格,禁止教徒们喝酒,教徒们便用烘焙后熬出来的咖啡汁液,作为取代酒类的兴奋性饮料饮用。据说,当地人懂得烘焙生豆来使用,则是十三世纪以后的事。

被视为咖啡前身的这种黑色饮料,便以伊斯兰教圣地麦加为中心,经由来往其间的信教徒传播开来,由阿拉伯传到埃及,再传到叙利亚、伊朗、土耳其。当时的做法是先将生豆晒干,再加以烘焙,然后用臼杵捣碎,用水加以熬煮后,待残渣沉淀后再喝上层比较透纯的部分。

