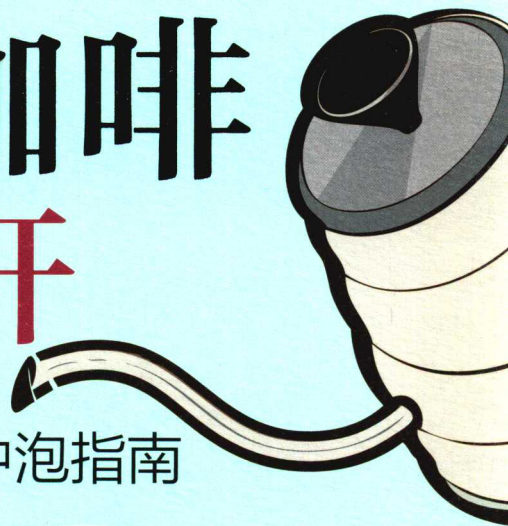


它带给我们香甜、佳趣、情感满足和仪式感  
这世界，每分钟都有人在喝咖啡，或在去喝咖啡的路上



# 咖啡 咖啡 处处开



我们都需要的咖啡冲泡指南



探索之中，发现世界  
苦甜之间，品味生活  
遇见更好的自己  
你离精彩只有一杯咖啡的距离

[英] 杰里米·托茨 (Jeremy Torz) 著  
史蒂文·马卡东尼亚 (Steven Macatonia)  
白亩 译



# 咖啡咖啡

## ——处处开——

杰里米·托茨  
(Jeremy Torz)

[英]

史蒂文·马卡东尼亚  
(Steven Macatonia)

◎ 著

由 宙 ◎ 译



江苏凤凰文艺出版社  
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND  
ART PUBLISHING LTD

图书在版编目(CIP)数据

咖啡咖啡处处开 / (英) 杰里米·托茨  
(Jeremy Torz), (英) 史蒂文·马卡东尼亚  
(Steven Macatonia) 著; 白亩译. — 南京: 江苏凤凰  
文艺出版社, 2016

书名原文: Real Fresh Coffee: How to Source,  
Roast, Grind and Brew the Perfect Cup  
ISBN 978-7-5399-9761-2

I. ①咖… II. ①杰… ②史… ③白… III. ①咖啡—  
基本知识 IV. ①TS273

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第253591号

Real Fresh Coffee

Copyright © 2016 Pavilion Books Company Ltd

Text Copyright © 2016 Union Hand-Roasted Coffee

First published in Great Britain in 2016 by Pavilion

An imprint of Pavilion Books Company Limited, 43 Great Ormond Street, London, WC1N 3HZ

Simplified Chinese edition copyright © 2016 Beijing Fonghong Books Co., Ltd.

All rights reserved.

书 名 咖啡咖啡处处开

著 者 [英] 杰里米·托茨 (Jeremy Torz)  
[英] 史蒂文·马卡东尼亚 (Steven Macatonia)

译 者 白 亩

责任编辑 聂 斌 孙金荣

策划编辑 葛龙广

特约编辑 王青青 赵 娅

文字校对 郭慧红

版权支持 王秀荣 张晓阳

封面设计 仙境工作室

内文设计 申 佳

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司  
江苏凤凰文艺出版社

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本 787毫米 × 1092毫米 1/16

印 张 16

字 数 260千字

版 次 2016年11月第1版 2016年11月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-9761-2

定 价 58.00元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

# CONTENTS

INTRODUCTION 咖啡是一种信仰

8

PART  
1

## 咖啡飘香 1000 年

- 01 从种子到果实，咖啡果的生长历程 14
- 02 咖啡品种大家族 18
- 03 生长环境，咖啡风味的先决条件 23
- 04 环境恶化，咖啡产业面临威胁 28
- 05 从枝头到车间，咖啡旅程的起始 31
- 06 含水量低于 12.5%，初步处理才达标 34
- 07 咖啡因：有人为之疯狂，有人则不 40








PART  
2

## 寻豆之旅： 全球精品咖啡产区寻味指南

- |                          |     |
|--------------------------|-----|
| 01 咖啡风味带有产地印记            | 46  |
| 02 非洲及阿拉伯半岛：优质咖啡层出不穷     | 48  |
| 03 亚洲及大洋洲：变种咖啡提供了更多的口味选择 | 58  |
| 04 中美洲及加勒比海地区：精品咖啡的天堂    | 66  |
| 05 南美洲：咖啡爱好者的寻宝胜地        | 82  |
| 06 咖啡国际贸易背后的苦涩           | 88  |
| 07 道德贸易：让咖啡消费者的钱真正用之有道   | 94  |
| 08 有机咖啡：掏空消费者钱包的噱头       | 103 |

PART  
3

## 咖啡即文化，唤醒世界的香味

- |   |     |
|---|-----|
| 01 神秘饮品，从非洲走向全世界  | 108 |
| 02 20 世纪，咖啡走入“寻常百姓家”  | 112 |
| 03 21 世纪，第三波咖啡浪潮让精品咖啡融入生活   | 118 |
|  从地方特产到风靡全球的特色咖啡饮品 | 121 |
|  到这些有故事的咖啡馆坐一坐     | 124 |
| 04 美食 + 咖啡，不止想喝一杯   | 128 |
|  “我卖的不是咖啡，而是生活方式”  | 130 |




**PART  
4**

## 烘焙：醇香美味诞生的前奏

- 01 完美的烘焙能让咖啡风味得到尽情释放 136
- 02 人力、物力、火力，烘焙过程中缺一不可 139
- 03 买台烘豆机，自己在家做烘焙 147
- 04 选咖啡豆时不要被营销用语误导 149


**PART  
5**

## 冲泡：用匠人精神手作一杯至味

- 01 咖啡的美味来自神奇的化学反应 158
  - 02 没有好水，哪来绝佳饮品 161
  - 03 咖啡风味感知的艺术 165
  - 04 用“杯测”鉴别出真正的品质咖啡 168
  - 05 自己在家做杯测，深度认识咖啡 177
  - 06 恰到好处的萃取成就完美的咖啡风味 183
  - 07 选好磨豆机，开始研磨吧！ 186
  - 08 开启咖啡的冲泡之旅 192
  - 09 以经典冲泡方式做一杯手冲咖啡 195
- 

PART  
6

## 意式浓缩改写咖啡流行文化史

- 01 以科技烹煮一杯咖啡 212
- 02 意式咖啡机冲泡法 218
- 03 别拿压粉不当回事儿！ 220
- 04 Espresso 与牛奶的完美邂逅 223
- 05 选对牛奶，把意式浓缩的酸苦化为绕指柔 228
-  以拉花为咖啡撰写落款 232

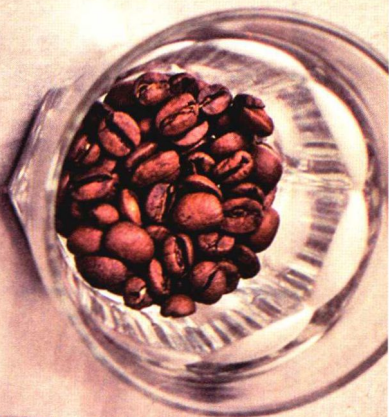
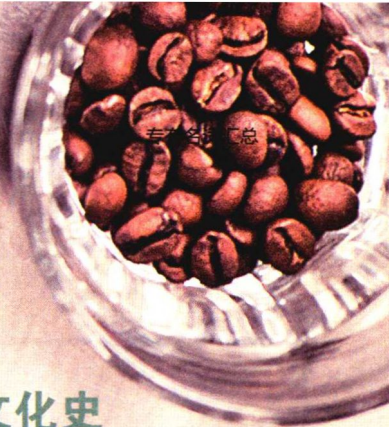
专有名词汇总 239

索引 246

参考资料 249

致谢 252

图片来源 253





*Coffee*





# 咖啡咖啡

## ——处处开——

杰里米·托茨  
(Jeremy Torz)

[英]

史蒂文·马卡东尼亚  
(Steven Macatonia)

◎ 著

由 宙 ◎ 译



江苏凤凰文艺出版社  
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND  
ART PUBLISHING LTD

# CONTENTS

INTRODUCTION 咖啡是一种信仰 8

PART  
1

## 咖啡飘香 1000 年

- 01 从种子到果实，咖啡果的生长历程 14
- 02 咖啡品种大家族 18
- 03 生长环境，咖啡风味的先决条件 23
- 04 环境恶化，咖啡产业面临威胁 28
- 05 从枝头到车间，咖啡旅程的起始 31
- 06 含水量低于 12.5%，初步处理才达标 34
- 07 咖啡因：有人为之疯狂，有人则不 40








PART  
2

## 寻豆之旅： 全球精品咖啡产区寻味指南

- |                          |     |
|--------------------------|-----|
| 01 咖啡风味带有产地印记            | 46  |
| 02 非洲及阿拉伯半岛：优质咖啡层出不穷     | 48  |
| 03 亚洲及大洋洲：变种咖啡提供了更多的口味选择 | 58  |
| 04 中美洲及加勒比海地区：精品咖啡的天堂    | 66  |
| 05 南美洲：咖啡爱好者的寻宝胜地        | 82  |
| 06 咖啡国际贸易背后的苦涩           | 88  |
| 07 道德贸易：让咖啡消费者的钱真正用之有道   | 94  |
| 08 有机咖啡：掏空消费者钱包的噱头       | 103 |

PART  
3

## 咖啡即文化，唤醒世界的香味

- |   |     |
|---|-----|
| 01 神秘饮品，从非洲走向全世界  | 108 |
| 02 20 世纪，咖啡走入“寻常百姓家”  | 112 |
| 03 21 世纪，第三波咖啡浪潮让精品咖啡融入生活   | 118 |
|  从地方特产到风靡全球的特色咖啡饮品 | 121 |
|  到这些有故事的咖啡馆坐一坐     | 124 |
| 04 美食 + 咖啡，不止想喝一杯   | 128 |
|  “我卖的不是咖啡，而是生活方式”  | 130 |




**PART  
4**

## 烘焙：醇香美味诞生的前奏

- 01 完美的烘焙能让咖啡风味得到尽情释放 136
- 02 人力、物力、火力，烘焙过程中缺一不可 139
- 03 买台烘豆机，自己在家做烘焙 147
- 04 选咖啡豆时不要被营销用语误导 149


**PART  
5**

## 冲泡：用匠人精神手作一杯至味

- 01 咖啡的美味来自神奇的化学反应 158
  - 02 没有好水，哪来绝佳饮品 161
  - 03 咖啡风味感知的艺术 165
  - 04 用“杯测”鉴别出真正的品质咖啡 168
  - 05 自己在家做杯测，深度认识咖啡 177
  - 06 恰到好处的萃取成就完美的咖啡风味 183
  - 07 选好磨豆机，开始研磨吧！ 186
  - 08 开启咖啡的冲泡之旅 192
  - 09 以经典冲泡方式做一杯手冲咖啡 195
- 

PART  
6

## 意式浓缩改写咖啡流行文化史

- 01 以科技烹煮一杯咖啡 212
- 02 意式咖啡机冲泡法 218
- 03 别拿压粉不当回事儿！ 220
- 04 Espresso 与牛奶的完美邂逅 223
- 05 选对牛奶，把意式浓缩的酸苦化为绕指柔 228
-  以拉花为咖啡撰写落款 232

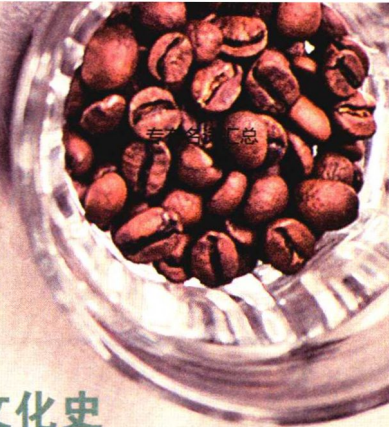
专有名词汇总 239

索引 246

参考资料 249

致谢 252

图片来源 253





## 咖啡是一种信仰

### INTRODUCTION

人们常问：“怎么才能找到合我口味的咖啡呢？”这个问题很难回答。对我们来说，咖啡总是与探索精神密切相关。人的口味和喜好会受心情、时间以及在吃的食物的影响而发生变化，对咖啡的口味也一样。如果你同意上述观点，那么我们认为，没有哪一个大陆、国家、农场或哪一种拼配方法生产出的咖啡能成为你的不二之选。在选择其他食物和饮品时，人们很少像这样做单选题，难道你只买一个类型的葡萄酒，只吃一种风味的食物——意大利菜、土耳其菜，或者越南菜？应该不会。既然如此，喝咖啡时何必限制自己的选择呢？

近年来，我们的饮食文化发生了翻天覆地的变化。许多街头餐馆都透着地域特色——北欧、韩国、秘鲁、墨西哥、牙买加风格，个个味道正宗，充满风情。如今，已经有一部分美食家开始尝试异域美食，而且这个群体还在不断壮大，但与此同时，大部分咖啡消费者仍然仅仅把咖啡当作一种功能性饮料，用来提神醒脑。因此，他们觉得颜色越深、味道越浓、苦味越重，咖啡越好。许多人

对咖啡的喜爱，尤其是浓缩咖啡，只是基于咖啡因带来的振奋效果，他们喝的咖啡表面也总是覆盖着一层毛巾般厚实绵密的奶泡。

当初，我们（杰里米和史蒂文）进入咖啡烘焙行业，纯粹是出于对咖啡味道的好奇，而现在，我们已经迷上了用客观的方法探索、品味咖啡，发现个中不同并与顾客一同分享的过程。这不是件容易的事，因为大众市场上许多咖啡品质低劣，让人们对于咖啡降低了期待，失去了兴趣。

不过，咖啡行业的各个层面都在改变。虽然精品咖啡仍然只占全球咖啡贸易的一小部分，但它的影响力却与日俱增。这场变革发源于 20 世纪 90 年代中期的美国西海岸，以旧金山、西雅图为中心。20 世纪七八十年代，咖啡消费低迷，后来，大量咖啡店开始提供新奇的咖啡饮品，再次引起消费者的兴趣，精品咖啡浪潮才逐渐形成。

20 世纪 90 年代初期至中期，我们在美国住了 4 年，其间发现了几种当地小批量烘焙的咖啡，其品质远胜我们之前在伦敦常喝的。

既然发现了味道出众的咖啡，我们自然会想知道美味背后的原因。于是，我们开始用一种科学方法进行研究，这种方法我们一直沿用至今，相信任何有过搭建、测试经验，或者尝试过对技术、发明进行优化的人都知道，那就是：通过改变变量，形成对照组，然后对结果进行研究。

具体做法是：一开始，我们购买同一个国家的咖啡豆，选择品质相近、烘焙程度从浅焙到深焙不同的。通过品尝，我们了解了咖啡世界的冰山一角：烘焙对咖啡风味的影响。然后，我们购买同一公司生产、烘焙程度一致但原产地



## Introduction

不同的咖啡豆，来研究地域对风味的影响。

就这样，我们打下了牢固的知识基础，并在以后的日子里，逐渐见识到了咖啡风味谱究竟能复杂、奇妙到什么程度。

跨国咖啡产业虽有巨额广告预算，但总以小儿科的广告语宣传咖啡，导致许多咖啡消费者词汇匮乏，只会用 4 个词形容咖啡：浓、淡、顺滑、苦。而在联盟手工烘豆公司（Union Hand-Roasted Coffee，以下简称“联盟公司”）烘焙厂的杯测室里，我们描述风味时，会让人错以为这是一个葡萄酒品鉴室，因为我们会用水果、坚果、巧克力等常用来描述葡萄酒风味的词语来形容咖啡的口味。

可用来形容咖啡芳香和风味的词语有成百上千个，这取决于咖啡豆的产地、处理方法、烘焙程度和冲泡方法。

了解了各种选项，我们就可以根据自己的心情和偏好进行选择，用开放的心态继续探索，可以像品味葡萄酒、麦芽威士忌、精酿啤酒那样，体验不同咖啡之间的微妙差别。

那么，要如何回答“怎么才能找到合我口味的咖啡”这个问题呢？我们的建议是：把喝咖啡看作一段不断延伸的旅程，在旅途中欢乐与回报会不断叠加。而在前进与探索中，你会发现“合你口味的咖啡”并非只有 1 款。

与咖啡结缘后的乐事之一就是遇到“懂咖啡”的人，即使入行已经 20 多年，我们仍然享受这种时刻。大家共同回忆起一杯好咖啡的风味，味蕾都躁动不已，一想到还有人体会过这种乐趣，我们就激动万分。也许，咖啡是一种信仰。