

香醇修订版

咖啡赏味志

新鲜烘焙的精品咖啡豆，经由正确的研磨、适当的冲煮技巧，萃取出咖啡迷人的香气与丰富的口感，没有令人不悦的酸与苦，更无需多余的调味。为自己冲煮一杯真正的好咖啡，就从这里开始……

苏彦彰◎著

*A perfect cup of
coffee*



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位

香醇修订版

咖啡赏味志。

苏彦彰◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

咖啡赏味志: 香醇修订版 / 苏彦彰著. —北京:
中国轻工业出版社, 2016.10
ISBN 978-7-5184-1097-2

I. ①咖… II. ①苏… III. ①咖啡—基本知识
IV. ①TS273

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第214583号

【原书名: 咖啡赏味志。香醇修订版 作者: 苏彦彰
本书由 积木出版事业部 (城邦文化事业 (股) 公司) 正式授权】

责任编辑: 伊双双 钟 雨

策划编辑: 伊双双

责任终审: 李克力

封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计

责任校对: 晋 洁

责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016年10月第1版第1次印刷

开 本: 889×1194 1/16 印张: 7

字 数: 130千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1097-2 定价: 48.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

151573S1X101ZYW

Contents

目录

Part 1 发现一杯好咖啡

008

欢迎进入精品咖啡的世界！

012

认识咖啡豆

016

咖啡豆的选购与保存

020

咖啡的品尝与鉴赏

Part 2 冲煮一杯好咖啡

028

煮好咖啡的五大要诀

037

不可忽略的重要器具——磨豆机

044

法式压滤壶（法压壶）

048

滤冲式

054

虹吸壶

060

摩卡壶

064

意式浓缩

073

制作绵密细致的奶泡

Part 3 烘焙出属于你的咖啡风味

081

点石成金的化学魔术——烘焙

083

烘焙实战入门

087

开始动手烘焙吧！



Part 4 世界主要咖啡产区指南

096

世界著名咖啡豆图鉴

110 咖啡用语小辞典

香醇修订版

咖啡赏味志。

苏彦彰◎著



 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

咖啡赏味志: 香醇修订版 / 苏彦彰著. —北京:
中国轻工业出版社, 2016.10
ISBN 978-7-5184-1097-2

I. ①咖… II. ①苏… III. ①咖啡—基本知识
IV. ①TS273

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第214583号

【原书名: 咖啡赏味志。香醇修订版 作者: 苏彦彰
本书由 积木出版事业部 (城邦文化事业 (股) 公司) 正式授权】

责任编辑: 伊双双 钟 雨

策划编辑: 伊双双

责任终审: 李克力

封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计

责任校对: 晋 洁

责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016年10月第1版第1次印刷

开 本: 889×1194 1/16 印张: 7

字 数: 130千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1097-2 定价: 48.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

151573S1X101ZYW

Contents

目录

Part 1 发现一杯好咖啡

008

欢迎进入精品咖啡的世界！

012

认识咖啡豆

016

咖啡豆的选购与保存

020

咖啡的品尝与鉴赏

Part 2 冲煮一杯好咖啡

028

煮好咖啡的五大要诀

037

不可忽略的重要器具——磨豆机

044

法式压滤壶（法压壶）

048

滤冲式

054

虹吸壶

060

摩卡壶

064

意式浓缩

073

制作绵密细致的奶泡

Part 3 烘焙出属于你的咖啡风味

081

点石成金的化学魔术——烘焙

083

烘焙实战入门

087

开始动手烘焙吧！



Part 4 世界主要咖啡产区指南

096

世界著名咖啡豆图鉴

110 咖啡用语小辞典

Preface

香醇修订版序

没想到真的要改版了！算算上次交出《咖啡赏味志》的最后一篇稿件已经是七年前的事情，当时我只是单纯地想要把自己对咖啡的心得分享给很多刚入门的朋友，顺便推广一下“精品咖啡”的观念，没想到就这样卖了七年印刷了22次，读者的支持，令我十分感动。

这些年来，台湾的咖啡程度提升之大令人惊讶，自家烘焙的咖啡馆越来越多、精品咖啡豆不再难寻，一般大众对于咖啡的认识也不再限于少数。记得从前走进陌生的咖啡馆总是担心咖啡品质太低，喝了不舒服，但是现在这些状况减少了许多，整体品质的提升让人们享受高品质的咖啡不再是一杯难求。

咖啡一直是我生活的一部分，即使在法国巴黎读书学艺的三年间，我还是继续邮购生豆，每隔一两个星期就在宿舍用简陋的器具烘焙咖啡豆，因此常有邻居闻香上门讨咖啡喝（顺带一提，法国咖啡的水准远不如台湾！）。为此，我扛了一堆咖啡器材过去，也带了好几台磨豆机回来。

这些年来我对咖啡的认识增加了不少，因为经验的累积，所以对于原来书中的内容做了些许修正，把这些修正付诸文字，希望对大家有所帮助。当然，本书是咖啡入门的工具书，对我来说正确观念的建立比五花八门的冲煮或烘焙技巧还重要，所以对于器材或技术的介绍着墨不深，读者们若真的有兴趣可以自行深入钻研，现在网络上有关咖啡的讨论非常多，搜寻一下就可以得到许多资料，所以就请原谅我在这个部分的小小偷懒。

最后我一定要感谢曾经帮助我的朋友，还有永远支持我的爸妈与家人，没有你们的鼓励我没办法完成这本书，谢谢你们！

苏彦彰

2010年6月于台北碧潭



Part 1

发现一杯好咖啡 A Perfect Cup of Coffee

在咖啡的世界里，酸与苦不代表绝对的优劣，但是，如果出现任何令你不舒服的口感，肯定不是一杯好咖啡。怎样才算是一杯好咖啡？什么又是“精品咖啡”？请继续往下读，让本书带你发现咖啡香醇而丰富的口感！

Specialty Coffee

欢迎进入精品咖啡的世界！

你喝过哪些咖啡？方便的速溶咖啡、速食餐厅的美式咖啡、咖啡馆的虹吸式咖啡壶制作的咖啡，或当红的 Espresso？你是否迷失在令人眼花缭乱的咖啡种类中，却不曾品尝咖啡的真味？喝一杯好的精品咖啡，你对咖啡的苦涩印象将彻底改变……

对西方人而言，咖啡是生活中不可或缺的饮料，其重要性犹如茶叶之于中国人。西方人清早起床就是一杯咖啡、工作时手边一杯咖啡、休息的时候还是喝咖啡。咖啡完全融入了他们的生活。至于生活在台湾的我们，提到“喝咖啡”，往往联想到浪漫情调或品位象征，除了因为咖啡是外来饮料之外，或许当初引进时的价格不低，而让咖啡难以进入庶民的日常生活。

早些年台湾社会，所谓“喝咖啡”指的不是咖啡本身，而是咖啡馆的氛围与喝咖啡所显现的身份地位，既然主角不是咖啡本身，咖啡的品质便少有人重视（或者说缺少分辨咖啡优劣的能力），时间一久，品质不佳的咖啡逐渐当道，结果多数人印象中的咖啡就是一杯苦苦酸酸的黑水，必须要加糖与奶精才能入口，即使目前咖啡已经十分普及，喜欢喝咖啡的人比比皆是，然而许多人口中的咖啡，指的竟然是速溶咖啡或罐装咖啡，真正品尝过好咖啡或懂得品尝好咖啡的人仍属少数。



精品咖啡的出现

近几年，台湾咖啡界发生剧烈转变，除了国际大型连锁咖啡馆进驻，许多个性化的小咖啡馆更如雨后春笋般在各地现身，其中有些咖啡馆煮出来的咖啡品质完全超越传统咖啡馆，达到世界一流的水准！除此之外，最重要的进步是许多人开始研究咖啡。拜资讯发展所赐，这些咖啡研究者通过网络讨论有关咖啡的问题，并利用网络邮购各种世界一流的咖啡豆。突然之间，台湾的咖啡大门开启了！在这些人口中，你不只听到巴西、曼特宁、哥伦比亚等从前就耳熟的咖啡豆，还有其他一大堆从来没有听过的名字，名称标示甚至不只是出口国，还有生产庄园，而其中标着庄园名称的咖啡豆堪称是顶尖代表，对于这些来自特定庄园的咖啡豆，有一个广泛的称呼：“精品咖啡”（Specialty Coffee）。

全世界咖啡爱好者所喜好的来自咖啡主要产区的精品咖啡将是本书主要讨论对象，内文所提到的许多咖啡特色都是以各产区的精品咖啡为准。精品咖啡与一般咖啡有什么差别，与庄园又有什么关系？

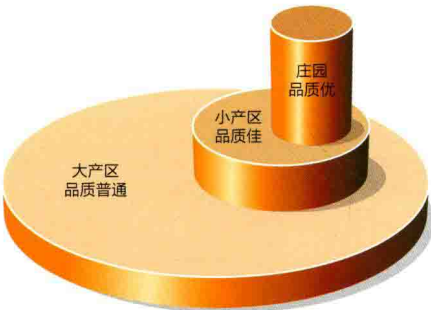
产区范围与分级

有人听到“庄园”就直接联想到葡萄酒，某种程度来说，咖啡与法国葡萄酒的分级制度相似，就是标示的生产区域越大，等级越普通；而区域越小品质就越高。举例来说，中秋节大家都要吃柚子，如果有一箱柚子上面的产地印着“台湾”，直觉上就不会认为这箱柚子的品质有多高，因为台湾有太多地方出产柚子了，这箱柚子可能来自台湾任何一个地方。如果产地是“麻豆”，那意义就大不相同了，因为麻豆一直是以



高品质闻名的柚子产地。但是最优异的柚子除了“麻豆”之外，还会标示出“某某果园生产”，以便让消费者知道箱子里的每一个柚子都出自“某某果园”，绝对不掺杂任何其他果园的柚子。所以产区大小与品质高低之间关系可归纳为：

产区大小：台湾（大产区）>麻豆（小产区）>果园（庄园）
品质高低：果园（庄园）>麻豆（小产区）>台湾（大产区）



生产区域大小与柚子品质成反比

换句话说，产区大小与品质成反比，而品质高低又直接影响到价格，通常产区范围越小，价格越高，这是之所以标示生产果园（或是庄园）的品质会是最高的原因。为了维护名声与价格，能够在产品标上庄园名称的通常是品质最优异的产品，其他则以大一级的产区标示出售，而这些标示着庄园名称的产品很可能只占整个庄园产量的极少数。

同样的道理换成咖啡豆，以哥斯达黎加Tarrazu产区著名的拉米尼塔庄园（La Minita）来说，能够以La Minita名称出售的咖啡豆一年约16万磅*，而庄园一整年

的产量却超过100万磅！其余咖啡豆都只能标示Tarrazu，在这种淘汰率之下，La Minita成为精品豆是必然的结果。事实上，其他产区的精品豆大抵如此，所以这些精品豆数量相对于整体产量来说，实在是少之又少，价格自然比一般咖啡豆贵一些，但是品质相对也会更高。

为什么要强调精品豆？因为只有精品豆才能够把该产区的特色表现得淋漓尽致，让品饮的人清楚体会到这个产区与其他产区的差异。咖啡之所以吸引人，就在于其多样化的复杂性与独特性，让爱好者在饮用不同咖啡时，能有不同体会，这是品质平庸的咖啡豆难以企及的特性。

坚持完美的过程

造成咖啡豆独特性的原因很多，如种植地区的土壤、海拔高度、种植方式、气候与处理方式等，关于各国产区与咖啡豆特性的细节，将于后文进一步介绍。

尽管有顶级精品豆，终究要搭配好的烘焙与正确的冲煮，否则再好的咖啡豆也无用武之地，尤其是烘焙对于咖啡风味更是有着决定性的影响。许多咖啡达人都有这样的共识：没有烘出来的味道，不可能出现在杯子里面；至于冲煮，则是避开烘焙产生缺点的一个手段。

因此，精品咖啡与其说是单指特定产区的咖啡豆，更应该视为一个从源头到结果的过程，对完美的坚持。有了这样的观念之后，黑色的咖啡世界就不再只是苦涩，而是充满惊喜的香醇！

* 1磅=0.454千克



Coffee Beans

认识咖啡豆

许多人都喝过咖啡，却不知道咖啡豆到底是咖啡的哪个部分，甚至以为咖啡豆与绿豆、红豆是同一类的！其实咖啡豆是咖啡树的种子，而且必须经过处理才能成为我们所看到的样貌。

关于这颗不起眼、日后却成为大明星的小种子，故事得从公元7世纪说起。公元7世纪在中国刚好是李世民当上皇帝成了唐太宗，正式推开唐朝盛世的大门；而欧洲刚刚从东西罗马的混战中结束，正式成为基督教的属地，埃塞俄比亚的牧羊人却在放牧时发现了咖啡。这位无意间在时间之轮上留下记号的牧羊人，发现他的羊吃了某种灌木的红色浆果之后变得兴奋异常，出于好奇，他也尝了一些，几颗小小的浆果短时间内让他扫去疲惫，恢复了元气。牧羊人回家后把这个秘密告诉了亲朋好友，奔走相告的结果使这种红色果实成了众所周知的提神秘方。牧羊人居住的村庄就变成这个红色果实的名字——Kaffa。

经数百年的流传与掠夺，Kaffa从埃塞俄比亚人手中交给阿拉伯人，在阿拉伯人嘴里变成了Qahwah，Qahwah种子在伊斯兰教徒严密掌控中被基督徒偷了出来传到欧洲，变成欧洲皇室的温室珍奇，接下来，随着殖民脚步的扩展，温室里的Qahwah漂洋过海，到了南美洲落地生根，后来还成了整个中南美洲重要的经济支柱。自此，Qahwah的名字变成了“Coffee”，直到今天。没

错！就是我们这本书的主角——咖啡。

发现咖啡之旅

人们并不是一开始就“喝”咖啡，而是“吃”咖啡，换句话说，是直接把咖啡树的果实（称为咖啡樱桃，因果实大小与颜色都如樱桃）吃掉，而更精确一点的说法是吃掉咖啡果肉（咖啡子太硬了，当然是直接吐掉）。而后，埃塞俄比亚战士为了便于携带，将整颗咖啡樱桃晒干，直接嚼食。而今许多非洲的咖啡产区依然把晒干的咖啡樱桃当作零食，酸酸脆脆，尝起来有水果干的味道，只要在口袋中放一把，精神不济时嚼几颗，快速又方便。除了干燥的咖啡樱桃之外，当时的人还会将咖啡樱桃捣碎与油脂混合，揉成小丸子，或将咖啡叶放入水中煮来喝，甚至直接嚼食生的咖啡叶。无论如何，要的非是咖啡的提神醒脑之效（或是迷幻）。想必许多人都喜欢精神亢奋的感觉，所以咖啡快速地流传到埃塞俄比亚的邻近国家。

激进派学者认为，引起特洛伊战争的海伦王妃为了减轻痛苦而服用的“埃及忘忧药”（Nepenthe）就是咖啡的始祖，此说之所以有几分可信度，在于埃及是最早对咖啡上瘾的国家。发现咖啡的虽然是埃塞俄比亚人，却因他们自给自足的生活形态而没有发现这种小果实背后庞大的商业利益，反而是稍晚才接触，但是生意头脑灵活的阿拉伯人控制了咖啡，隔着红海与非洲对望的阿拉伯人当时除控制了价如黄金的香料之外，另一个重要收入就是贩卖奴隶！你想的没错，奴隶来源就是对岸的非洲，咖啡随着这些奴隶到了也门，再传遍整个伊斯兰教世界。

从伊斯兰教世界走进欧洲生活

咖啡到了阿拉伯人的手中自然得有些改变，其中对



咖啡果实（大锄花间提供）

后世影响最大的，就是将原来不具卖相、味道又不突出的咖啡药丸变成了香醇的液体咖啡。这个过程需要许多演进，例如，舍弃咖啡樱桃的果皮与果肉只使用咖啡种子以及咖啡种子的处理与烘焙等，总之，这些改变确立了目前咖啡处理的基础。变成饮品后，人们对咖啡的接受度提高，约13世纪时土耳其的首府君士坦丁堡开设全世界第一家咖啡店——嘉纳，而后类似店家如雨后春笋般出现在各地。当时整个伊斯兰教世界都沉浸在这黑色神秘饮料里，某些伊斯兰教祭司甚至抱怨人们待在咖啡店比在清真寺祈祷的时间长，而人潮聚集之处的咖啡店密度更是高得惊人。以伊斯兰教圣地麦加为例，大量伊斯兰教徒到麦加朝圣，回国时顺便带走了咖啡文化，将咖啡传进了欧洲。

刚开始，欧洲人对于咖啡的恐惧多于好奇，因为这是伊斯兰教徒的饮料，基督教与伊斯兰教之间的纷争让欧洲人对于伊斯兰教徒的东西产生本能性的排斥（有趣的是，他们对伊斯兰教徒带来的各式香料却爱不释手！）。再者，黑色的咖啡容易让人联想到死亡、疾病，为此，罗马教廷召开会议，讨论咖啡是否适合基督徒饮用，两派唇枪舌剑，没有人肯让步。最后，当时的教皇克莱门八世亲自品尝咖啡后，做了极为正确的决定，他说：“这么好喝的饮料让伊斯兰教徒独占岂不可惜？我们不如赐它一个圣名，称之为‘上帝的饮料’，顺便开安拉一个玩笑！”咖啡自此堂堂正正地走进欧洲人的生活。

与伊斯兰教徒一样，信奉基督的欧洲人快速地迷上了咖啡，威尼斯、维也纳、伦敦、巴黎等商业都市随即飘出阵阵咖啡香。欧洲的咖啡馆，除了黑咖啡之外，更加入了牛奶，这个绝妙的喝法柔化了原来刺激浓烈的味道，让咖啡迎合更多人的喜好。当时经常人满为患的咖啡馆，只有男士得以出入，所以许多先生每天都待在咖啡馆不回家，致使家庭主妇集体抗议，要求官衙关闭咖啡馆、归还她们的丈夫。然而，咖啡在短时间内已经传遍欧洲，且随着殖民者抵达美国、澳洲等地，成为西方

人生活中密不可分的元素。

既然风靡整个欧洲，各国自然希望掌握咖啡的来源，进而在各殖民地广种咖啡，中南美洲、印度、苏门达腊、爪哇，凡能种植的地方都看得到咖啡树，近来价格居高不下的台湾咖啡也是那个时候由荷兰人所引进。有趣的是，在咖啡史上最晚栽种咖啡的，竟然是发源地埃塞俄比亚旁的肯尼亚，咖啡种植绕了整个地球才抵达故乡隔壁的高原国家，这或许是上帝的另一个玩笑吧！

阿拉比卡与罗布斯塔

咖啡树是茜草科的常绿灌木，叶片细长且对生，开白色的花，结鲜红色的果实，小小一颗，又称为“咖啡樱桃”。咖啡樱桃的果肉很薄，尝起来甜甜的，而里面那一对椭圆形种子就是咖啡豆。有时候这对种子的其中一颗会发育得特别好，反而将另一半“吃掉”，剩下一颗圆圆的种子，称为圆豆（peaberry）。有的豆商会将这种圆形小豆子特别挑出来，售价较普通豆高，味道却不见得更好（通常还会略差一些）。另外一种被称为“象豆”的大型咖啡豆，其体积甚至是一般豆子的两倍，但是味道相当贫乏。这些形状特殊的咖啡豆偶尔买来尝尝无妨，却不值得投入太多金钱。

咖啡与所有其他植物一样有不同品种（好比同样是芒果却有金煌与爱文之分），目前咖啡至少有66个品种，其中以阿拉比卡（Arabica）与罗布斯塔（Robusta）最重要。阿拉比卡种在全世界的市场占有率约65%，而罗布斯塔种约35%。阿拉比卡种产量低，需要许多的照顾，对于生长环境的要求较严苛；而罗布斯塔种则适应力强、产量大、抗虫害，但品质差为其致命缺点，而且风味贫乏，带有橡胶味，咖啡因含量较高，所以通常用来制造速溶咖啡或混入咖啡配方之中。风味不佳使罗布斯塔种无法在精品咖啡中占有一席之地。精品咖啡界将