

lonely planet





LONELY PLANET'S
GLOBAL
Coffee
TOUR
环球咖啡之旅



环球咖啡之旅

中文第一版

书名原文: *Global Coffee Tour* (1st Edition, May 2018)

© Lonely Planet 2018

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片提供者持有版权, 2018

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目(CIP)数据

环球咖啡之旅 / 澳大利亚 Lonely Planet 公司编;
李冠廷译. -- 北京: 中国地图出版社, 2018.12
书名原文: *Global Coffee Tour*
ISBN 978-7-5204-0800-4

I. ①环… II. ①澳… ②李… III. ①咖啡 - 基本知识
IV. ① TS273

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 270128 号

出版发行	中国地图出版社
社 址	北京市白纸坊西街 3 号
邮政编码	100054
网 址	www.sinomaps.com
印 刷	北京华联印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	185mm×240mm
印 张	175
字 数	444 千字
版 次	2018 年 12 月第 1 版
印 次	2018 年 12 月北京第 1 次印刷
定 价	118.00 元
书 号	ISBN 978-7-5204-0800-4
图 字	01-2018-5256

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和出版过程中全力保证本书质量, 但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做任何明示或暗示之声明或保证, 并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 敬请告知: lonelyplanet.com/ip。



LONELY PLANET'S

GLOBAL

Coffee

TOUR

环球咖啡之旅



目录

让我们来聊聊咖啡	3	墨西哥	62	法国	150
咖啡世界的行话	6	尼加拉瓜	68	德国	158
了解咖啡豆	8	美国	70	匈牙利	164
如何在家烘焙咖啡	10	咖啡鸡尾酒	98	冰岛	168
非洲和中东地区	12	亚洲	100	意大利	170
厄立特里亚	14	中国	102	挪威	182
埃塞俄比亚	16	印度尼西亚	104	西班牙	186
黎巴嫩	22	日本	106	瑞典	194
马拉维	24	老挝	114	荷兰	198
南非	28	马来西亚	116	土耳其	206
咖啡萃取工艺	36	新加坡	120	英国	210
美洲	38	泰国	126	咖啡新天地	230
巴西	40	越南	132	大洋洲	232
加拿大	44	咖啡中的怪咖	136	澳大利亚	234
哥伦比亚	52	欧洲	138	新西兰	260
哥斯达黎加	54	奥地利	140	索引	270
古巴	56	克罗地亚	144	幕后	274
牙买加	58	塞浦路斯	146		



让我们来聊聊咖啡

咖啡，这种源自埃塞俄比亚的饮料，如今已经彻底地征服了整个世界，全球日均消耗量高达20多亿杯。几个世纪以来，咖啡塑造了我们的生活方式，给了我们清醒的头脑，推动了国家的经济发展，在某些人眼中，甚至可以左右艺术运动的兴衰，决定战争的成败。去问问任何一个咖啡师或咖啡专业人士，他们会告诉你，单从口味上讲，人类已经进入了咖啡的黄金时代，不但种植技术得到了改进，而且烘焙工艺空前发达。从开普敦到东京，世界各地的繁华街道上都涌现了一批新生代咖啡馆，专注于讲求品质、精磨细研的“精品咖啡”（specialty coffee）。在美国，这场咖啡革命被称为“第三浪潮”，其他地方则称其为“精品咖啡运动”。不管你如何称呼，大多数咖啡专家都达成了一个共识：好戏还在后面呢！

什么是“精品咖啡”

本书介绍的咖啡馆和烘焙坊大多都可以归纳到“精品咖啡”的阵营中。到底什么是“精品咖啡”呢？根据美国精品咖啡协会（Specialty Coffee Association

of America, 简称SCAA）给出的定义，如果一位合格的咖啡鉴赏师给某款咖啡打到80分及以上（满分100），这款咖啡就可以被称为精品咖啡。得分在60分至80分的咖啡，只能被称为“商品咖啡”（commodity coffee），虽然也能喝，却只配放到超市货架上卖，或是制成速溶咖啡。给咖啡打分的过程被称为“cupping”，也就是“杯测”，打分标准非常严格，包括咖啡的“甜度”“味道”“均衡”与“口感”。总的来说，在绝佳的土壤、气候和海拔条件下生长的咖啡豆，经过适时的采摘加工和精心的烘焙后，才能制成评分较高的精品咖啡。简而言之，精品咖啡就是优质咖啡，是咖啡中的“大咖”。

近年来，人们对精品咖啡的关注度暴涨。美国精品咖啡协会的报告显示，1993年，全美只有2850家精品咖啡馆，但截至2013年，其数量却达到了30,000家左右。消费者的挑剔与品位“道高一尺”，咖啡制造商、烘焙师和咖啡师制作的精品咖啡便“魔高一丈”，第三浪潮还未平息，第四浪潮似已在暗潮涌动。

何谓“第三浪潮”

不管是否喜欢这个名词,了解“第三浪潮”(the Third Wave)都有助于你理解当今的咖啡制作工艺和其鉴赏理念在历史中处于什么位置。既然有第三浪潮,便少不了前期的第一浪潮和第二浪潮。“第一浪潮”指的是在美国、英国、新西兰和澳大利亚等国,速溶咖啡在消费者群体中得到广泛普及的时期;“第二浪潮”指的是在星巴克等连锁咖啡馆的推动下,以意式浓缩咖啡为基础的咖啡饮品风靡都市,人们对咖啡品质有了更高追求的时期;“第三浪潮”是20世纪90年代末在美国出现的一个新词,从那时开始,人们对咖啡的复杂性与精致程度有了更密切的关注,咖啡和葡萄酒终于在饮品界平分秋色。

身处第三浪潮中的咖啡师都怀揣新意,他们意识对在将咖啡豆变为咖啡的过程中,很多细节都会影响到咖啡的口感。为了制作出更好的咖啡,他们力图对每个细节精益求精。另外,与前人相比,他们更加关注咖啡种植工人和烘焙师之间的关系,提倡“轻度烘焙”工艺,力求保留产地和品种特有的味道。咖啡师也是其中关键的一环,不管是研磨、配比、奶泡制作还是咖啡拉花,他们会精确控制咖啡的整个制作过程,做到精益求精。

尽管书中多数咖啡馆和烘焙坊都有精品咖啡,但并不都属于“第三浪潮”的范畴。比如意大利咖啡师用深度烘焙的咖啡豆制作的意式浓缩,味道虽无愧“精品”二字,但早在19世纪末意式浓缩咖啡机发明之时便已诞生。而你在伊斯坦布尔喝到的那种芬芳浓郁、妙不可言的土耳其咖啡,其历史更是可以追溯到苏里曼大帝的时代。世界上许多美味咖啡都不是第三浪潮的弄潮儿独力创造的,他们真正的贡献在于推广和普及了咖啡知识。通过咖啡鉴赏记录、杯测评分、咖啡师培训、咖啡讲座、咖啡节以及对咖啡的如火热情,第三浪潮的咖啡师们创造了一套世界通用的咖啡语言,让人们理解美味咖啡的真谛。

为什么要来一场环球咖啡之旅

从埃塞俄比亚的传统咖啡仪式,到日本的“喫茶

店”,再到如同实验室般的先锋咖啡馆,这本书介绍了五花八门的咖啡体验。独立咖啡馆有之,从无到有渐成气候的连锁咖啡馆亦有之。我们筛选的标准是咖啡的品质和顾客的体验。阅读此书,你一定能学到一些关于咖啡的新知识。

既然好咖啡哪里都能喝到,为何还要舍近求远地来一场咖啡之旅呢?原因有三。第一个原因:很简单,陈咖啡口感不佳,现烤现磨的咖啡最好喝。网上购买精品咖啡很容易,但由专业咖啡师用当地新鲜烘焙的咖啡豆制作出的咖啡,味道肯定不一样。

第二个原因:每个地方的咖啡都与当地的历史、经济和文化有着千丝万缕的联系——好比澳式白咖啡(flat white)之于惠灵顿,比切林(Bicerin)之于都灵——想要真正理解咖啡,一场咖啡之旅必不可少。令人激动的是,世界上越来越多的咖啡豆种植国现在也都兴起了咖啡文化,这意味着在原产地喝地道的精品咖啡变得越发容易实现。

第三个原因:世界各地都有咖啡发烧友,巴不得能和你分享自己对咖啡的痴迷,想深刻地理解咖啡,你必须踏上旅程,亲自去拜访他们。

如果你认为自己对咖啡非常了解,不妨去书中那些另类的“咖啡目的地”挑战一下自己的认知。在挪威、瑞典或是匈牙利,咖啡制作标准之高,味道之妙,定会令你大开眼界;在尼加拉瓜或哥伦比亚,当地的种植园主会兴高采烈地与你分享种植咖啡的心得;冰岛、古巴、越南和日本等地的咖啡馆,也定会令你兴奋不已。

如何使用本书

本书涵盖了38个国家,我们会先对每个国家的咖啡文化做个简介,随后按城市(或地区)逐一介绍当地最棒的咖啡馆、烘焙坊或种植园,方便你计划行程。针对每个地方,我们不但推荐了值得品尝或购买的咖啡,还推荐了周边值得体验的景点或活动,喝咖啡,赏美景,快乐的旅程让你享受完美的一天(或是一个周末)。前方便是世界的咖啡,咖啡的世界。话不多说,这就出发!

——朵拉·鲍尔(Dora Ball)



咖啡世界的行话

咖啡种类

Americano 中文通译为“美式咖啡”，即意式浓缩咖啡加热水。

Cafe au lait 中文通译为“牛奶咖啡”，即现煮咖啡加等量的蒸奶。

Cafe mocha 中文通译为“摩卡咖啡”，意式浓缩咖啡中掺入巧克力糖浆，表层倒入蒸奶或细奶泡。

Cappuccino 中文通译为“卡布奇诺”，一份意式浓缩咖啡，一份牛奶，加一份奶泡。

Cold brew 中文通译为“冷萃咖啡”，即用室温甚至温度更低的水对咖啡粉进行萃取，萃取时间一般为10~24小时。

Cortado 中文通译为“可塔朵”，在西班牙语中意为“切”，即意式浓缩咖啡加等量的蒸奶。

Crema 中文通译为“咖啡油脂”，指理想的意式浓缩咖啡表面应该涂有一层轻薄的奶泡。

Doppio或Double shot 中文通译为“双份意式浓缩咖啡”，“doppio”在意大利语中意为“双份”，指意式浓缩机用双倍分量的咖啡粉煮成的咖啡。

Drip/filter coffee 中文通译为“过滤咖啡”或“滴滤咖啡”，通过特定的设备，让热水在重力的作用下逐渐渗透咖啡粉，经滤纸过滤形成的咖啡。

Espresso 中文通译为“意式浓缩咖啡”，通过加压，使热水快速透过颗粒极细的咖啡粉所形成的咖啡，分量小，浓度高，质地稠密。

Flat White 本书主要采用“澳式白咖

啡”的译法，此外还有“馥芮白”“醇益白”“奥瑞白”等叫法，一份意式浓缩咖啡，加两份蒸奶或细奶泡。

Latte 中文通译为“拿铁咖啡”，一份意式浓缩咖啡，加三份及以上的蒸奶。

Latte art 中文通译为“咖啡拉花”，指在咖啡表面的蒸奶或细奶泡上勾勒出图案花纹的技艺。

Long Black 中文多译为“长黑咖啡”或“澳式黑咖啡”，即意式浓缩咖啡加热水，普及于澳大利亚。

Lungo 中文多译为“长咖啡”，在意大利语中是“长”的意思，类似普通的意式浓缩咖啡，用水量更多，拉手柄的时间更长。

Macchiato 中文通译为“玛奇朵”，在意大利语中是“有标记的”的意思，即意式浓缩咖啡表面加入少量蒸奶（也就是所谓的“标记”）。

Nitro cold brew 中文通译为“氮气冷萃咖啡”，普通冷萃咖啡中充入氮气，像扎啤那样从喷嘴里现打现喝，质地更稠，奶味更重。

Piccolo 有中文资料译为“小拿铁”，也由意式浓缩咖啡和牛奶混合而成，比例类似可塔朵，普及于澳大利亚。

Pour over 中文通译为“手冲咖啡”，将热水倒入咖啡粉，在重力作用下渗透咖啡粉，经滤纸过滤形成的咖啡，方法虽然简单，却是最考验咖啡师功力的萃取方法。

Ristretto 中文多译为“短咖啡”，意大利语意为“受限制的”，类似普通的意式浓缩咖啡，但拉手柄时间更短，或者说用水量更少。

Turkish coffee 中文通译为“土耳其咖啡”，将很细的咖啡粉放入一种铜质长柄咖啡壶（英文称“cezve”或“ibrik”），直接加水煮沸，饮用时不经过滤。

其他术语

Arabica 中文通译为“阿拉比卡咖啡豆”，拉丁名为“*coffea arabica*”，原产于埃塞俄比亚，是全世界最受青睐的咖啡品种。

Blend 中文通译为“混合咖啡豆”，简称“混豆”，由不同产地的咖啡豆混合而成，从而形成独特的风味。

Brew ratio 中文通译为“萃取比”，指萃取过程中所用咖啡粉与水的比例。

Espresso bar 译为“意式咖啡馆”，只出售意式浓缩咖啡的咖啡小馆，源自意大利，顾客一般站在店外喝咖啡。如今星巴克等国内常见的咖啡馆也自称是espresso bar，饮料多以意式浓缩咖啡为基础调制而成，比如拿铁、卡布奇诺、玛奇朵等，风格已经发生变化。

Coffee cherry 中文通译为“咖啡果”，即咖啡树的果实，包在里面的种子就是咖啡豆。

Cupping 中文通译为“杯测”或“咖啡鉴赏”，即通过品尝的方式来判定某款咖啡豆的品质、味道、特点和不足。

Cup score 中文通译为“杯测得分”，能评测阿拉比卡咖啡豆的品质，共有10个得分项，分别为香气、风味、余韵、酸质、醇厚度、均衡度、甜度、一致性、纯正度和总体评价，每个得分项在1分至10分，总分100分。

Green coffee 中文通译为“青咖啡豆”或“生咖啡豆”，指在采摘、加工、风干之后，烘焙之前的咖啡豆。

Microfoam 中文通译为“细奶泡”，即产生微小泡沫的蒸奶。

Natural/dry process 中文通译为“日晒法”，指将采摘后的咖啡果放置在台面上或是院子里，让其经历天然的日晒风干过程。风干过程会让咖啡豆具有果香。

Pulped natural或honey process 中文多译为“半水洗法”或“蜜处理”，指将采摘后的咖啡果去皮，将残留果胶的咖啡豆放在台面上风干。

Robusta 中文通译为“罗布斯塔咖啡豆”，拉丁名“*Coffea canephora*”，与阿拉比卡品种相比，味道较差，咖啡因含量更高，更容易种植。

Single origin 中文通译为“单品咖啡豆”，简称“单豆”，即某一个特定地区生产的咖啡豆，其口味通常能够体现地域特色。

Specialty coffee 中文通译为“精品咖啡”，指杯测得分在80分及以上的咖啡。

Steamed milk 中文通译为“蒸奶”，即将鲜奶加热后与空气均匀混合的产物。

Third Wave 中文通译为“第三浪潮”，指在全球咖啡馆和咖啡产业中，在选料、加工和制作的各个环节上兴起的一场精品咖啡运动。

Washed or wet processing 中文通译为“水洗法”，指将采摘后的咖啡果去皮，然后放在发酵缸里发酵，去除果胶，水洗后再进行风干。





了 解 咖 啡 豆

一颗咖啡豆里到底有什么呢？

一言以蔽之，就是内藏乾坤。

咖啡豆体积虽小，化学成分却非常复杂，
芳香族化合物——也就是我们普通人闻到的香味——足足有1000多种。

通过以下4个与咖啡豆有关的因素，
你会更加了解你的咖啡豆。

咖啡豆的产地

肯尼亚产的咖啡和尼加拉瓜产的咖啡，味道有何不同？咖啡树是种很娇贵的植物，其生长地区仅限于所谓的“咖啡带”（Bean Belt）。这一条地图上的带状区域位于南北回归线之间，那里土壤肥沃，气候温暖，雨季旱季分明。在咖啡带内，海拔、光照和土壤构成不同，适宜生长的咖啡品种和产出的咖啡口感也不尽相同。

咖啡豆的品种

世界上的咖啡树多达100多种，亚种数以千计，但只有几十种的果实才能制成可以买卖的咖啡。相比品相不佳的罗布斯塔，阿拉比卡在精品咖啡运动中最受青睐，通过选育、杂交和研究，新品种的阿拉比卡咖啡层出不穷，令咖啡爱好者大呼过瘾。爪哇（Java）咖啡和耶加雪菲（Yirgacheffe）咖啡等亚种只能在原产地种植，但卡杜拉（Caturra）咖啡等亚种却能够适应许多地区，不同的种植条件也会产生不同品质和味道的卡杜拉咖啡。

咖啡豆的处理

下次再买咖啡豆，记得留心包装袋上是否有“natural”或“washed”等字样，它们代表了分离咖啡豆所采用的工艺。“natural”指的是“日晒法”，也就是把完整的咖啡果放在太阳下晒干，然后去除外壳，取出咖啡豆。用日晒法处理过的咖啡豆会有一种果香。“washed”指的是“水洗法”，也就是先用水洗去咖啡果果皮，然后将咖啡豆晾晒风干。水洗法处理过的咖啡豆，味道更为纯正馥郁。

中美洲地区还流行一种介于两者之间的“半水洗法”（pulped natural），晾晒期间的咖啡豆外表仍残留一些果胶。经过处理的咖啡豆会有红糖的味道。

THE BEANS

咖啡豆的烘焙

咖啡豆处理好之后，就该当地的烘焙师大显身手了。烘焙咖啡豆是一门精妙的学问，经过烘焙，味道索然的青咖啡豆便成了滋味醇美的饮品原料。通过调节咖啡烘焙机的热度、转速或气流强度，烘焙师可以将咖啡豆的醇香激发出来，在酸、苦、甜方面达到理想的比例，使其显现出所谓的“烘焙特性”（roast profile）。烘焙程度可分为轻度、中度和深度三种，轻度和中度烘焙能够保留咖啡豆产地以及自身品种的特性，深度烘焙则不同，咖啡豆一般有烟熏味，味道较苦。



青咖啡豆

取约100克青咖啡豆。青咖啡豆又小又硬，没有咖啡原本香醇的味道。将其放入干燥的煎锅或炒锅，开中火，用木勺翻动炒制。

真正的咖啡迷，一定会经不住诱惑，想要自行烘焙味美的咖啡豆。网上或是精品咖啡店里很容易买到生咖啡豆。我们在这里介绍了具体的烘焙步骤，并配有相应的时间表，用分钟数提示你此时咖啡发生的变化或你应该进行的操作。

MINUTE
0



MINUTE
2

第2分钟：变干

炒上一两分钟后，咖啡豆会因为脱水变色，内部的酸性物质开始发生变化，但此时仍无香味。

如何在家烘焙咖啡

第19分钟：深度烘焙

二次爆裂发生后，咖啡豆就达到了深度烘焙（也叫意式浓缩烘焙——espresso roast）的程度。咖啡豆此时应该会散发出一种类似巧克力的苦味。赶紧关火！达到理想烘焙程度之后，先把咖啡豆晾凉，然后在密封容器中储存一天，之后就可以研磨了。

MINUTE
19



MINUTE
18

第18分钟：二次爆裂

二次爆裂后，咖啡豆内的油脂会附着在表面，咖啡豆颜色变得更深且泛着油光。质地酥脆的咖啡豆会冒出味道浓重的烟。



第5分钟: 变黄

不停翻炒,直到咖啡豆开始变黄,最终变成淡棕色。持续脱水会让咖啡豆散发一种类似烤面包的香味,也会冒出蒸气。此时开大火,咖啡豆会开始膨胀。

MINUTE
5MINUTE
8**第8分钟: 首次爆裂**

咖啡豆内部受热增压,开始像爆米花一样噼噼啪啪地爆起来。首次爆裂终于开始了!爆裂后的咖啡豆体积几乎翻倍,还会在锅里留下外皮。此时请调整为小火。

ROASTING AT HOME

第15分钟: 中度烘焙

中度烘焙也叫“城市烘焙”(city roast)或“美式烘焙”(American roast)。这种烘焙程度的咖啡,均衡度最佳,酸质较低,醇度更高。此时的咖啡豆颜色深棕,表面光滑。

MINUTE
15MINUTE
13**第13分钟: 继续烘焙**

继续用小火均匀翻炒咖啡豆,这会让咖啡豆里面的糖分焦化,酸性物质等化合物分解,味道更浓郁。厨房很快就会充满了烘焙咖啡豆特有的香味。

第10分钟: 轻度烘焙

首次爆裂后再过一两分钟,便获得了轻度烘焙的咖啡豆。用这种咖啡豆煮的咖啡带有果香或酸味,也较好地保留了咖啡豆本身的味道。此时烘焙可以暂告段落,但如果想要增加甜度和醇厚度,请继续翻炒。

MINUTE
10



AFRICA & THE MIDDLE EAST





非洲 和中东地区

亚的斯亚贝巴

广袤的亚的斯亚贝巴人口多达300余万，是咖啡诞生地埃塞俄比亚的首都，也是咖啡界的大咖。从只能站着喝的意式咖啡馆，到香飘街巷的烘焙咖啡馆，再到供应冷萃咖啡的新派潮店，这里的咖啡馆种类繁多，令人目不暇接。

开普敦

10年之前，开普敦人多爱饮茶，就算喝咖啡，选择的也多是入流的速溶咖啡。仅仅10年，开普敦就变成了满街都是斩获大奖的咖啡馆的城市，精品咖啡界的开创者Origin Coffee更是当地的传奇。当地的咖啡品味和制作工艺日益精妙，罕有敌手。

阿斯马拉

阿斯马拉是非洲的“小罗马”，结合了东非火烤咖啡的传统和至今仍生机勃勃、充溢在当地街道的浓浓意大利风情——这是80多年前意大利殖民时代留给阿斯马拉的遗产，至今仍深刻地影响着当地人的生活。在Harnet Ave上，你可以找到不少战前便已开门营业的老字号咖啡馆。

厄立特里亚

如何用当地话点咖啡？ Hade bun, bejaka.

特色咖啡 玛奇朵。

咖啡搭配 当地咖啡馆的自制点心，或是传统咖啡仪式上常见的爆米花。

小贴士 出席咖啡仪式，切记要喝完3杯咖啡后才能离席。



阿斯马拉 (Asmara) 人称“小罗马”，又名“非洲迈阿密”，还有“装饰艺术之城”的别称。阿斯马拉是厄立特里亚的文化中心，而咖啡则是阿斯马拉生活的中心。喝咖啡在这里是一种传统仪式，香气弥漫，终日不绝：人们会先用明火慢慢地烤制咖啡豆，随后用杵臼将其捣成粉，萃取后盛在小杯子里，加姜片饮用。当地人的传统休闲方式叫“passeggiata”，也就是夜间散步。在夕阳西下之后，他们会走上街头，欣赏人流，也享受他人的注视。想欣赏这种热闹的场面，最好的方式就是到咖啡馆里点一杯玛奇朵，边品边看。

在邻国埃塞俄比亚发现咖啡的妙用后，厄立特里亚很快也形成了自己的咖啡文化。这两个国家有着相似的咖啡传统，咖啡至今仍是两国社交生活中最重要的“仪式”：大家围着一张桌子坐下，烘烤咖啡豆，然后捣碎

萃取，分三勺饮用，咖啡的浓度逐级递减。品尝咖啡的同时，人们会分享见闻，闲聊八卦，沟通感情。但是，在1890年至1947年间作为意大利的殖民地，厄立特里亚当地的咖啡也形成了一种独特的“殖民范儿”。

在意大利统治期间，意式浓缩咖啡这一“进口产品”彻底改变了厄立特里亚的咖啡文化。当年那些用蒸汽作动力的老式咖啡机，至今仍在服役，足见当地人对这种饮料的挚爱。哪怕是在国内最偏僻荒凉的角落，仍旧能够品尝到鲜美的意式浓缩咖啡或是玛奇朵。话说回来，如果你想和家人或是一群朋友度过一段温馨惬意的时光，还是应该选择传统的咖啡仪式。用小杯啜饮分三次奉上的咖啡——第一道叫“阿伯勒” (Abol)，第二道叫“卡拉伊提” (Kalayieti)，第三道叫“贝雷卡” (Bereka)——喝完后你也就成了厄立特里亚的“荣誉公民”了。