



希望工作室 编著

慢生活丛书



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

恋恋

咖啡



图书在版编目 (CIP) 数据

恋恋咖啡 / 希望工作室编. —南京: 江苏科学技术出版社, 2009.8

(慢生活系列)

ISBN 978-7-5345-6868-8

I . 恋… II . 希… III . 咖啡—基本知识 IV . TS273

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第132240号

恋恋咖啡

编 著 希望工作室

责任编辑 沈 志

责任校对 杜秋宁

责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社 (南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009)

网 址 <http://www.pspress.cn>

集团地址 凤凰出版传媒集团 (南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009)

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

经 销 江苏省新华发行集团有限公司

照 排 南京新华丰制版有限公司

印 刷 南京孚嘉印刷有限公司

开 本 718mm×1000mm 1/16

印 张 10

字 数 210 000

版 次 2009年8月第1版

印 次 2009年8月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-6868-8

定 价 22.00元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。



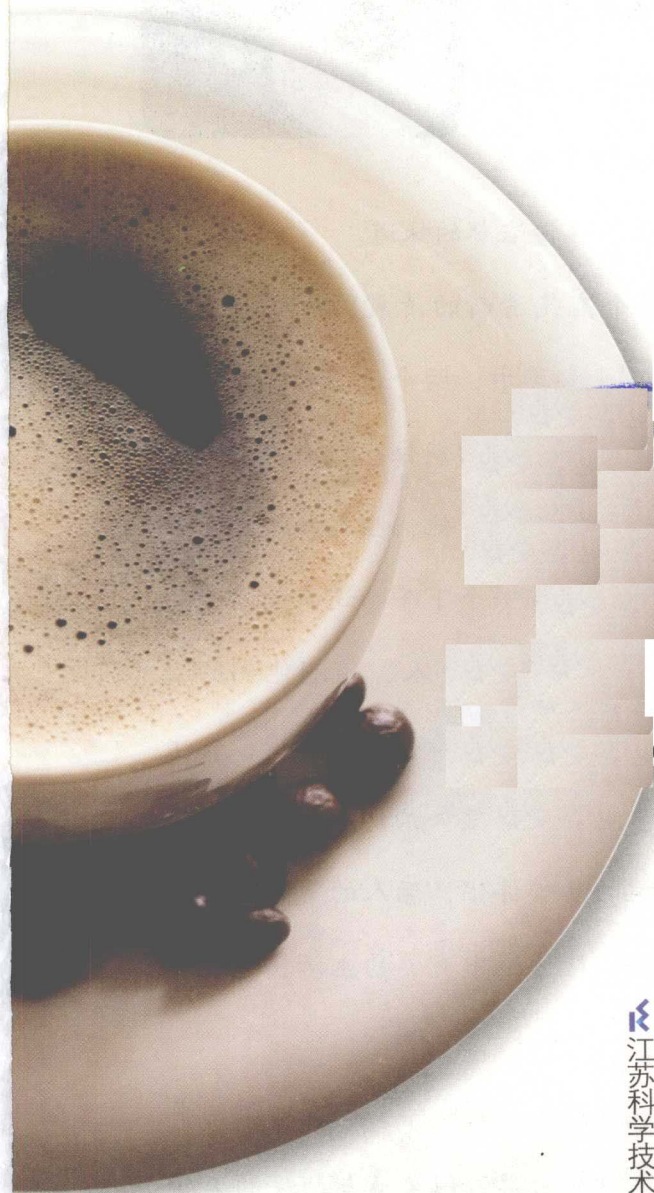
慢生活丛书

希望工作室 编著

恋恋

咖啡

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



品味咖啡 品味生活

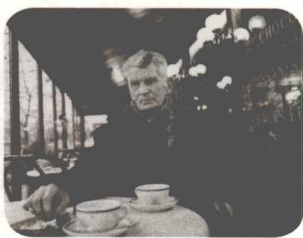
(代序)

随着各国文化交流和融合的交流，咖啡流传到了我们这个千年古国。咖啡文化开始逐渐在东方大地上蔓延开来。咖啡，以它独有的浓郁与芳香征服了世界，征服了各地的人们。人们开始接受并且喜爱上了这份浓郁的味道。



细心的你也许会发现，在每个空气清新的清晨，咖啡馆里都会有人匆匆走来，向前台喊一声“一杯摩卡，两个三明治……”。人们会在周末时叫上一杯咖啡，找一个靠窗的座位，一个人静静地独享。有人来咖啡馆的目的仅仅是消磨时光，他们坐在咖啡馆里，一张报纸一杯咖啡，可以悠闲地度过整整一个下午。还有的人喜欢饮着手里的咖啡，看着从他眼前路过的每一个人，猜测他们的心情，想像他们会有怎样的故事。也有人喜欢喝着咖啡谈事情，宾主之间放着杯香浓的咖啡，谈起话来也会变得更加亲切和温馨。浪漫的情侣们叫上杯咖啡，再加上合适的咖啡伴侣，两人的笑容中尽显甜蜜。这就是咖啡带给我们的味道。这味道中有你的生活，也有我的生活。

高贵典雅的贵妇咖啡，神秘莫测的土耳其咖啡，奶香四溢的卡布奇诺以及热情奔放的摩卡。这些听起来熟悉但又有些陌生的名字



让我们心动。熟悉，是因为在咖啡馆它们是最受欢迎的佳品；陌生，则是因为我们对这些美味的了解还仅局限在它们的名字上，或者只浅浅地记住了它们香浓的味道，对于它们的独特之处、制作工艺以及名字的由来，还有背后那些不为人知的故事，都还并不了解。

本书为你列举出了近百种咖啡，详细介绍了它们的特色，以及相关的知识和故事。它们或是浪漫感人，或是温馨动人，带你了解和熟悉咖啡的神奇魅力。书中还安排了一些咖啡爱好者的内容推荐，为介绍咖啡及与咖啡有关的新鲜事提供了平台。书中的创意部分会帮助你学到与咖啡有关的制作方法。为自己，为家人亲手煮上一杯浓情蜜意的咖啡吧，美味自不用说，单单那份做咖啡的心情就足以让人完全陶醉其中。口中品尝的是咖啡，而在心中品味的却是生活。入口苦涩，入喉甘甜，入心舒畅，生活之意尽显其中。如果你是一位热爱生活的人，那么你就很可能是一个喜欢咖啡的人。如果你心动了，那么就请你随我们一起来品味优质的咖啡、品味雅致的生活吧。

目录 | Contents

初来乍到	006
咖啡机进化史	010
咖啡机快速入门	012
选择器皿	014
选购咖啡豆	016
制作咖啡要领	018
椰风摩卡咖啡	020
康宝蓝咖啡	022
碳烧咖啡	024
土耳其咖啡	026
榛果拿铁咖啡	028
午夜香吻冰咖啡	030
印度尼西亚冰咖啡	032
翡冷翠冰咖啡	034
玫瑰咖啡	036
蜂王咖啡	038
抹茶咖啡	040
摩卡基诺咖啡	042



绿茶咖啡	044
法兰西斯冰咖啡	046
墨西哥炎日咖啡	048
卡尔亚冰咖啡	050
牙买加顶级咖啡	052
超浓咖啡	054
香草咖啡	056
摩卡霜冻咖啡	058
柠檬咖啡	060
草莓咖啡	062
香蕉咖啡	064
葡萄酒咖啡	066
茉莉冰咖啡	068
泰式冰咖啡	070
焦糖玛琪哈朵咖啡	072
墨西哥落日冰咖啡	074
维也纳咖啡	076
皇家冰咖啡	078



卡布奇诺咖啡	080
香浓招牌冰咖啡	082
曼特宁咖啡	084
摩卡咖啡	086
冰拿铁咖啡	088
飘浮冰咖啡	090
彩虹冰咖啡	092
意大利咖啡	094
蓝山咖啡	096
拿铁跳舞咖啡	098
豪华咖啡	100
巴西利亚咖啡	102
爪哇摩卡咖啡	104
罗马假期咖啡	106
豪博咖啡	108
甜蜜滋味咖啡	110
蓝带分层冰咖啡	112
蛋蜜咖啡	114
香草天堂咖啡	116
伊丽莎白咖啡	118
夏日恋情咖啡	120
麦咖啡	122
巴巴利安咖啡	124
欧风冰咖啡	126



瑞士摩卡咖啡	128
瑞士冰咖啡	130
薄荷霜冻冰咖啡	132
伊甸园冰咖啡	134
瓦娜冰咖啡	136
夏威夷激情冰咖啡	138
苏格兰咖啡	140
卡鲁哇咖啡	142
贝礼斯咖啡	144
亚历山大咖啡	146
恋情冰咖啡	148
库巴冰咖啡	150
蓝带香浓咖啡	152
热情火焰咖啡	154
皇家咖啡	156
英格兰冰咖啡	158

初来乍到

咖啡树需栽种在由南纬25°到北纬25°之间，赤道两边绕地球一周的环状地带。这个环状地带被人称为咖啡区（CoffeeZone）或是咖啡带（CoffeeBelt）。这个区域内的土壤富含有机质，也有火山灰质土。平均气温是25℃，四季温差不大。各种自然条件适合咖啡树生长。

咖啡树在播种之后3~5年就开始结果，由开始结果的往后20年内，都是采收期。咖啡果沿着枝条一颗颗密密麻麻分布生长。虽然生长在同一枝条，每颗果实的成熟期却不同，有的是青绿色，有的略转微黄，有的是黄红色，有的是完全成熟的鲜红色，有的已呈干枯的深褐色。因为成熟不是同期，在采摘咖啡果时一定要人工操作，挑选红色或是黄红色的果子。工人们必须每天在同样地点检查果子成熟度并摘取。同一枝条的咖啡果，往往需要几个星期三番五次地来回采摘，才能全部采摘完毕。



咖啡的种类

单品豆 基本都是指原产地的咖啡豆，例如巴西圣多士、哥伦比亚。单品豆的咖啡其实只适合做成黑咖啡。

拼配豆 为了得到复杂的口味，而把几种豆子按照不同的比例混合。很多人喜欢用拼配豆来做浓缩咖啡。

Espresso 在中国翻译成为特浓咖啡。以7克深度烘焙的综合咖啡豆，研磨成极细的咖啡粉，经过9个大气压与90℃的高温蒸气，在20秒的短时间内急速萃取30毫升的浓烈咖啡液体称之为“Espresso”。一杯Espresso是否成功，最重要的是

看表面是否漂浮着一层厚厚的呈棕红色的油亮泡沫。Espresso的最大特色就是香浓与口感的凝聚。一般正统的喝法是加糖后，略为搅拌，马上一饮而尽。在享受香浓口感的同时，咖啡因的摄入量却大为减少。这种把咖啡味道发挥到极致却又能顾及健康的饮法，得到了全球咖啡专家的公认。

花式咖啡 先有Espresso，才有花式咖啡。做好一杯Espresso后，根据加奶的比例不同，就有了卡布奇诺或者拿铁。既然是花式咖啡，所以做法可能千奇百怪。



相关的器材



滤泡式咖啡(手冲) 非常棒的冲煮单品的方法。需要滤纸和滤杯,根据尺寸大小通常按101、102、103规格划分。101属于一人份的,以此类推。如果讲究一些,可以用专门的细口壶来冲热水。再复杂一点,有专门用法兰绒的滤布来做的,这样可以做出更顺滑的口味。

美式咖啡机 是电器卖场、超市最常见的机器,品牌众多,制作咖啡也很方便。缺点是整个咖啡的制作过程不可见,难以控制。

虹吸壶 很多人也用英文译音“赛风”来称呼这种器材。整个冲煮过程观赏性强。是冲煮单品的最好途径!缺点是稍显繁琐。

摩卡壶 如果要喝意大利浓缩咖啡,用这种壶是正确的选择!同时需要滤纸。

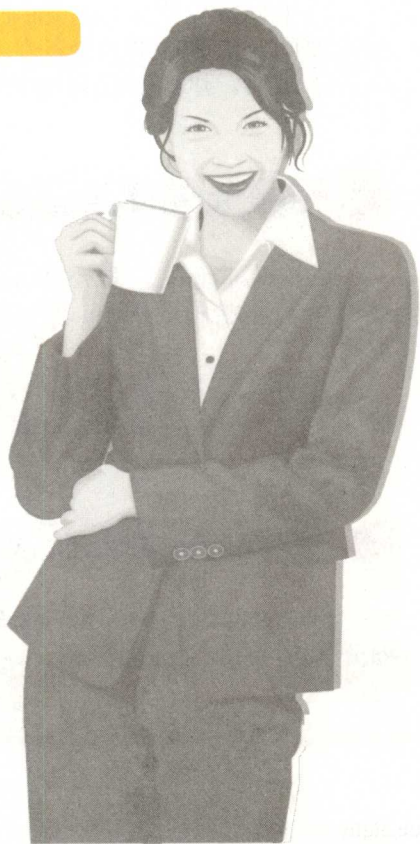
意式咖啡机 内部带了一个锅炉,把水加压后通过研磨得很细的咖啡粉,获得浓缩咖啡,也称为Espresso。虽然是浓缩咖啡,但水流通过得很快。用这种方式萃取,咖啡因含量却是最少的。

牛奶、奶泡、奶精

即使喝单品咖啡,有人还是喜欢加一点牛奶、加一点糖来顺滑口感,也有人用奶油球。不过纯粹化学合成出来的奶精,建议大家还是少用。淡奶很适合,可以考虑。

奶泡则是需要用全脂牛奶(脂肪含量最好在3.5%以上)充分混入空气,形成绵密的形态,其口感和牛奶不一样,也是卡布奇诺等花式咖啡重要组成部分。

制作奶泡用电动搅拌器即可。牛奶稍许加温,就可以搅拌打奶。用打奶缸,是比较“咖啡”的做法。用法压壶也可以代替来打奶。用意式咖啡机的蒸气是最专业的做法。锅炉的蒸气冲击牛奶,打奶的同时也加温了。家用的意式咖啡机锅炉一般都小,而且是单锅炉,所以蒸气量有限。



研磨方式

粗度研磨适用于滴漏式咖啡机、法压壶等。

中度研磨适用于使用滤纸滤杯、法兰绒滴漏、虹吸壶（塞风壶）等。

细度研磨适用于浓缩咖啡机、摩卡壶。



咖啡烘焙

将生咖啡豆烘焙，使咖啡豆呈现出独特的咖啡色、香、味与口感。烘焙最重要的一点是能够将豆子的内、外都均匀地炒透而不过焦。咖啡的味道80%取决于烘焙。烘焙是优质咖啡最重要最基本的条件。



烘焙的基本原则

烘焙最重要的步骤是将豆子的内、外都均匀地炒透。首先是透过火力将豆中的水分顺利地排出。此步骤若操之过急，咖啡豆则会起斑点，而且味涩呛人。

烘焙的技术若好，则豆会大而膨胀、表面无皱纹、光泽匀称，体现出独特的风味。将咖啡豆烘焙出独一无二的特色，正是烘培的最终目标。



烘焙的分类与阶段

咖啡豆的烘焙大致可分为轻火、中火、强火三大类，而这三种烘焙又可细分为8个阶段。如表所示。

烘焙阶段		特征	各国的喜好	程度
	Light	最轻度的烘焙, 无香味及浓度可言	试验用	轻
	Cinnamon	为一般烘焙程度, 留有强烈的酸味, 豆子成肉桂色	为美国西部人士所喜好	
	Medial	中度烘焙, 香醇、酸味可口	主要用于混合式咖啡	中度
	High	酸味适中, 有苦味。适合蓝山、乞力马扎罗等咖啡	为日本、北欧人士喜爱	中度(微深)
	City	苦味较酸味为浓, 适合哥伦比亚及巴西的咖啡	深受纽约人士喜爱	中度(深)
	Fullcity	无酸味, 以苦味为主, 适合冲泡冰咖啡	用于冰咖啡, 为南美洲人士喜爱	微深度
	French	苦味强劲, 色泽略带黑色, 法国式的烘焙法	用于蒸气加压器煮的咖啡	深度(法国式)
	Italian	色黑, 表面泛油, 意大利式烘焙法	用于意大利式蒸气加压机咖啡	重深度(意大利式)



各国都市的烘焙特征

世界各国的都市, 都有其偏好的烘焙倾向。在东京, 微深的中度烘焙较受欢迎, 但慢慢地也倾向于深度烘焙。

而纽约正如其名, 一般较偏好cityroast。但由于城里居住着各种不同的人种, 故也出售着各种不同烘焙程度的咖啡豆, 变化相当丰富。维也纳则偏好深度烘焙的full-cityroast。巴黎人则较喜爱法国式的煎焙方式。罗马人则经常使用意大利式的烘焙法。

不过, 近年来欧美人士广泛地使用德国式(high-city)甚至dark式(巴西及意大利人最常使用的深度烘焙), 变化也多彩多姿。蒸气加压器煮的咖啡依旧为人们所喜爱。



咖啡机的进化史

想要酿制一杯完美的咖啡，需要借助专门的咖啡机来完成。咖啡机能够产生10个左右的大气压力，使90℃左右的热热水穿过咖啡粉，汲取咖啡粉中的咖啡脂等芳香物质。这一切都要在18~28秒的时间内完成，只有这样才会有效地避免过份提取，导致产生的不良味道。

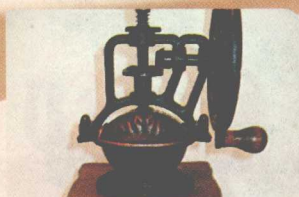
了解咖啡机的进化史

时期 年份	孕 育 期
1818	Romershausen博士在普鲁士取得“萃取器”的专利
1822	法国人LouisBernardRabout利用吸油墨纸的特性，结合Romershausen博士的设计，获得更洁净的萃取液
1824	巴黎的工匠Caseneuve设计了一款比较复杂的咖啡器具，希望能避免香气的散失
1827	Laurens在法国获得专利，强调咖啡萃取前，需先以蒸气湿润咖啡粉
1833	英国人SamuelParker利用泵将水往上打，不让水向下流过咖啡
1838	巴黎的眼镜师Leburn设计了多款小型桌上咖啡器，非常流行
1840	Tiesset设计一个真空泵，将热水往下拉，利用额外的力度通过咖啡粉
1844	法国人Cordier在他的专利中画了许多咖啡萃取器的图画，其中有一款与年后德国机器很相似
1847	Romershausen制作了一个蒸气压力咖啡锅
1855	法国人Loysel引进一款大容量的吧台咖啡机，每天可制作10 000杯咖啡
1868	维也纳人Reiss研发出新型“维也纳壶”

时期 年份	童 年 期
1901	Bezzera设计的咖啡机申请了专利
1902	DesiderioPavoni在这咖啡机上添加了卸压活塞装置，并将此种机器商业化
1903	Bezzera由于财务困难，将专利权转卖给Pavoni
1905	Pavoni的公司宣布成立
1906	意大利人Arduino申请专利，在机器内装入一个热交换器，可快速将水加热
1909	LuigiGiarrow在机器中加入了泵，解决了萃取中压力不足的问题
1910	LuigiGiarrow的第二个专利为螺旋下压式活塞，可将咖啡所有的美味从活塞中挤出
1935	Illy博士发明了第一台使用压缩空气来推动水流过咖啡粉的机器
1938	锅炉的放置成功，将原来的垂直放置改良为了水平放置

时期 年份	青 春 期
1948	Gaggia把活塞式杠杆弹簧咖啡机推广进市场
1952	大型的直立机消失了
1956	Cimbali使用液压系统，可避免因使用杠杆而耗费力气

时期 年份	成 熟 期
1955	GiampietroSacconi使冲煮咖啡的水温保持了稳定
1961	意大利与西班牙合作生产E61机型，煮咖啡时先将水加压再加热。相比过去的老方法，真是一个完美的革命



咖啡机快速入门

咖啡机的分类

半自动咖啡机：是意大利传统的咖啡机。这种机器依靠人工操作磨粉、压粉、装粉、冲泡、清除残渣。

这种机器有小型单龙头家用机，也有双龙头、三龙头大型商用机等。较新型的机器还装有电子水量控制，可以精确的控制酿制咖啡的水量。

半自动式咖啡机的主要特点是：机器结构简单，性质稳定，维护保养容易，按照正确的使用方法可以制作出高品质的意大利咖啡。这种机器的缺点是：操作者必须经过严格培训才能自如的使用，而且不好把握咖啡品质的一致性。这种机器的工作效率也比较低。

全自动咖啡机：把电子技术应用到了咖啡机上，实现了磨粉、压粉、装粉、冲泡、清除残渣等酿制咖啡过程的全自动化。



全自动咖啡机按照科学的数据和程序来酿制咖啡，而且还设有完善的保护系统，使用起来既方便又可靠，只需轻轻一按就能够得到高品质的咖啡。瑞士、德国、意大利等国全自动咖啡机的品种繁多。其中瑞士制造的全自动咖啡机设计巧妙、质量稳定可靠，独具特色，在国际咖啡机业享有盛名。

如何选择咖啡机

选择什么品牌的咖啡机是至关重要的。著名的品牌产品质量好、零配件供应有保证。不知名品牌因产量小、规模小，零配件供应没有保障，风险较大。

一般在比较专业的咖啡店、咖啡吧，意大利传统手动咖啡机是首选。因为在这些地方，训练有素的专业人员使用意大利传统咖啡机，即时研磨、冲泡，不但可以营造出浓浓的咖啡情调，而且能够使空气中弥漫着咖啡的芳香，让客人体验到咖啡的独特魅力。

饭店、普通咖啡厅、餐厅、酒吧可多采用全自动咖啡机。因为这些地方客流量大，选用全自动咖啡机非常方便快捷，使客人能在短时间内及时享用质量恒定、品质优异的咖啡，从而得到身心的满足。



如何购买咖啡机

购买咖啡机时，应提前广泛地收集相关资料，或向专业的咖啡商咨询，从而确定自己需求的咖啡机的类型。接着就要选择合格的供应商。专业的咖啡机供应商有丰富的经验，可为你选择咖啡机提供详尽的参考意见，而且具有良好的售后服务体系和充足及时的零配件供应。



如何使用咖啡机

如果你购进的是小型家用咖啡机，那么咖啡就要能通过过滤纸或过滤网，并且要注意漏斗的使用。在漏斗内侧放一张过滤纸，将8~10克的咖啡粉放入滤纸兜。首先要用合适水温的水把咖啡粉润湿，稍后加水，直到冲出香醇的咖啡为止。

如果是电动滴漏式咖啡机，每天煮制咖啡前先要将咖啡机预热，水槽内应加半壶水，开启电源，将机器里面不新鲜的水顶出，然后清洗锅炉及煮制系统的管道，清洗咖啡煮制漏斗，最后预热咖啡壶。在咖啡机漏斗内放一张滤纸，咖啡粉放入过滤纸内，关上漏斗门，开启电源。

咖啡在做法上，将粗细程度与压榨壶相匹配的咖啡粉，按每杯8~10克的量放到壶内。将91~96℃的水倒入壶内，放好过滤杆，浸泡3分钟后将滤网推到底部，一壶好喝的咖啡就煮好了。



选择器皿

咖啡壶 coffeepot



咖啡壶的种类



电咖啡壶的种类有三种：渗滤式、滴漏式和真空式。渗滤式咖啡壶是电咖啡壶的早期产品，尽管价格低廉，但使用很不方便，可靠性较差。真空式电咖啡壶冲制的咖啡味道浓厚，但其结构较复杂，容易产生故障。现在市场上广为流行的滴漏式电咖啡壶，各项性能都比较理想。



如果细分的话，还有只用于冲制咖啡末的普通咖啡壶、可以自己研磨咖啡豆的二合一咖啡机和可以打出奶泡的意大利式蒸气咖啡壶三种。



咖啡壶的选购

平常家庭用电咖啡壶的功率在1000瓦以下就够了，而容量在0.5~0.8升就可以了，这个量可以冲制4~8杯咖啡。如果你有很多客人或者经常在家招待朋友的话，也可选购容量大一些的，但最好不要超过1.5升。

从质量方面看，电咖啡壶外观应该是一件制作工艺精细的工艺品，各部件的破损、粗糙都是不被允许的。壶底不漏水则是起码的要求。



咖啡壶的使用

电咖啡壶不能空烧，一定要在装好水和咖啡粉之后再接通电源。烧煮咖啡时，要随时注意壶内的水位情况，在水快要干涸时，及时切断电源，否则也会烧坏壶体。

电咖啡壶也不能加入过多的水，因为在水沸腾后会溢出，从而淋湿电热组件，烧毁咖啡壶。在加水时不要让水溅到壶体电气部件上，以免降低绝缘性能。在清洗咖啡壶时，不能把咖啡壶直接浸入水中，而要取出滤网、滤器分别清洗。其他部件最好用干净的软布擦拭干净。

在电咖啡壶第一次使用前，应先烧煮两壶开水，这样做可起到去除不良味道的作用。以后则要根据使用情况每年除垢2~5次。

咖啡杯 coffee cup



咖啡杯的种类

咖啡杯有陶器制杯和瓷器制杯两种。喝咖啡时有趁热品尝的观念，制杯者为了配合这种需求，开发出保温效果好的陶器制杯，甚至比瓷器制杯中的骨瓷制杯还要好。可以使咖啡在杯中温度降低的速度减慢。由于价格比较贵一般家庭很少使用，只有在比较讲究的咖啡馆内才见得到。



咖啡杯的选购

在选购咖啡杯时，可依靠咖啡的种类和喝法，配合个人的喜好及饮用场合等条件来决定。一般情况下，陶器杯子比较适合口味浓郁的咖啡，瓷器杯子则适于口感较清淡的咖啡。杯子以挑选重量轻的为宜。



咖啡杯的清洗

优质的咖啡杯杯面紧密、毛孔细小，不易附着咖啡垢，饮完咖啡后立即用清水冲洗，就能保持杯子的清洁。经长期使用的咖啡杯，或是用完后没有马上冲洗的，咖啡垢会附着在杯子表面。把杯子放在柠檬汁中浸泡，方可去除咖啡垢。严禁使用硬质的刷子刷洗，同时还要避免使用强酸、强碱的清洁剂，以免咖啡杯的表面刮伤受损。



使用咖啡杯的礼仪

端杯：在端起咖啡杯时要用拇指和食指捏住杯柄，将杯子轻轻端起。因咖啡杯一般较小，千万不要用手指捏杯口或托杯子的底部。

加奶和糖：在咖啡中加入奶和糖，全凭个人喜好。如果加糖，应该用糖夹夹起轻轻放入杯中，不要溅出咖啡。

搅拌：品尝咖啡之前，应先将咖啡搅拌均匀。搅拌后要把咖啡勺放在碟子外侧。

