

Historie pěstování kávovníku	10
Mýty o pěstování kávy.....	10
Vznik kaváren.....	11
Pěstování kávy	12
.Kávovník	12
Druhy kávovníku	13
Plod kávovníku	13
Zpracování plodů kávovníku.....	14
Sběr kávy	14
Zpracování kávových bobulí	15
Další zpracování	15
Přeprava kávy	15
Pražení kávy.....	16
Vliv pražení	16
Proces pražení.....	16
Stupně pražení	16
Tvorení směsí	16
Mletí kávy.....	17
Vliv mletí na kvalitu	17
Uchovávání mleté kávy	18
Způsoby mletí.....	18
Technologické zařízení.....	19
Kávovary	19
Členění kávovarů a popis.....	19
Údržba kávovaru.....	22
Pořízení kávovaru.....	22
Základní druhy káv.....	23
Turecká (řecká) káva	23
Zalévaná, spařovaná káva	23
Espresso	24
Zásady přípravy kávy espresso	25
Základní druhy káv s mlékem.....	26
Příprava mléka.....	26
Cappuccino	27
Caffè Macchiato	27
Caffè Latte	27
Caffè Latte Macchiato	28
Ostatní druhy káv.....	28
Káva a zdraví.....	30
Káva je zdravá	30
Názory zpochybňující zdravé účinky kávy	31
Káva obsahuje škodlivý kofein.....	31
Hodnoty kofeinu v kávovém extraktu	32
Hodnoty kofeinu v sušině pochutin	33

Úvod

Význam kávy v pohostinství i v každodenním životě naší společnosti je zřejmý. Káva je společností vnímána jako pochutina či potravinový doplněk, jako lék i doping, stejně tak jako látka škodlivá našemu organismu. Ze společenského hlediska je pozvání na kávu impulsem k projednání společenských, pracovních i obchodních záležitostí stejně tak, jako symbolem přátelství a pohostinnosti.

Rozporuplné nazírání na konzumaci kávy a časté praktické chyby v přípravě tohoto nápoje, se pro mne staly výzvou k objasnění určitých souvislostí. Rovněž bych rád ve své práci dal návod k přípravě nápoje, který by svou kvalitou i výživovou hodnotou odpovídal požadavkům moderního stravování.

Mým záměrem bylo v učebním textu shromáždit poznatky získané vědeckým bádáním odborníků na výživu i poznatky získané na základě zkušeností odborníků z gastronomické praxe. Důležitou část textu jsem věnoval informacím o výrobní technologii a jejímu správnému používání. Radám vedoucím k získávání pracovních návyků a dovedností spojených s přípravou nápoje. Formuloval jsem proto zásady správné přípravy nápojů a kodex baristy, mistra v přípravě kávy. Staňte se jím i Vy...

Mgr. Alexandr Burda

Obor barista – mistr v přípravě kávy

Obor baristů – mistrů v přípravě kávy je rozhodně jednou z nejmladších gastronomických specializací. Blízkou příbuznost bychom mohli najít v oboru barmanském. Oba obory vychází z práce za barem a úzce specializované činnosti. Z tohoto důvodu byl podobně jako ve slově barman použit kořen slova bar a pouze přidáním přípony dochází k vymezení zcela nového oboru.

Na rozdíl od světově uznávaného výrazu barman si samotné české slovo barista jen stěží najde své místo za hranicemi České republiky a Slovenska. Světově uznávaný termín pro specialistu na přípravu kávy, je Master of Coffee a pochází z angličtiny (volně přeloženo - mistr kávy).

Vývoj oboru ve světě

Kde poprvé vznikl nápad obohatit hostu zážitek z pití kávy a dovést tento nápoj k dokonalosti jak po stránce chuťové, tak i profesionální a estetické, to už nevíme. Stejně tak, jako kdo byl tím prvním mistrem kávy.

Počátky samotného „umění“ přípravy kávy bychom mohli hledat v Arábii. Za „Mekku“ oboru baristů lze však považovat italskou gastronomii. Vstřícný vztah Italů ke kávě a ke gastronomii jako celku je nezpochybnitelný. Itálie je země s mnoha prvenstvími, z nichž bych například jmenoval:

- první dovoz kávy do Evropy,
- založení první kavárny,
- vynález pákových strojů k výrobě kávy typu „espresso“,
- položení základů odborné terminologie.

Fascinující je rovněž množství pražičen kávy na území Itálie, které zajišťují kávovým labužníkům tu nejvyšší kvalitu a čerstvost. Proto italská gastronomie nesmazatelně ovlivnila i nově vzniklý obor baristů a to technologicky i názvoslovím.

Vysokým standardem služeb a úrovně kaváren se v Evropě mohou pochlubit i jiné jižní národy jako například Chorvaté, Makendoncí a Řekové. Soutěže baristů se pořádají i v mnoha jiných evropských státech na celostátní úrovni.

Ve světě patří k uznávaným odborníkům Australané. Vysokou oblibu si získaly kávové nápoje, ve své nejdokonalejší podobě i v prostředí precizního japonského trhu.

Vývoj oboru v České republice

Vývoj oboru v České republice se opozdil za světem, ale i čeští baristé o sobě dávají na mezinárodních kláních vědět. Špičkami v oboru jsou například Norové, Italové nebo Australané.

Zájem o obor baristy stejně jako o soutěže v této oblasti rok od roku stoupá.

Toto tvrzení lze doložit na rostoucí úrovni a počtu soutěžících na juniorských i seniorských soutěžích baristů. Signálem je poptávka po odborně vyškolené pracovní síle.

Profil baristy

Důležitým aspektem doby je, aby barista pochopil požadavky zákaznických potřeb a přání a byl schopen odhalit i skrytá přání zákazníka. Měl by zákazníka svou kreativitou překvapit a plně uspokojit a navodit příjemnou atmosféru, která by konzumaci nápoje měla doprovázet. Svým profesionálním přístupem a jednáním by tak měl barista dokázat umocnit celkový gastronomický zážitek zákazníka a vytvořit přátelské prostředí na vysoké odborné úrovni. Toto je zároveň i jeden z hlavních cílů oboru gastronomie. Zákazníka v tomto oboru povyšujeme do role hosta.

Povolání baristy je náročné po stránce technické a technologické, psychologické a komunikativní, estetické i marketingové. Důležitou roli dnes hraje tvořivost baristy, která spočívá ve ztvárnění kávy s mlékem. Vytváření obrazců a kreseb v našlehaném mléce i kávové pěně. Vytvoření nových, zajímavých kávových nápojů s využitím neotřelých kombinací s ovocem, sirupy, čokoládou atd.

K tomu, aby se student gastronomie nebo pracovník v oboru stal dobrým baristou, je zapotřebí, aby se účastnil aktivně kurzů zabývajících se přípravou teplých nápojů, věnoval své úsilí i čas studiu gastronomie jako celku a obohacoval své zkušenosti prací v různých gastronomických zařízeních, účastí na soutěžích i pozorováním dění v jiných zemích.

Funkce baristy

Barista je odborník na přípravu kávy a kávových nápojů. Náplní jeho práce je kávu dokonalým způsobem připravovat a podávat.

Ke klíčovým kompetencím oboru baristy patří schopnosti:

- ***tvořit a obnovovat nabídku nápojů na nápojovém lístku,***
- ***ovládat technologická zařízení nutná k přípravě kávy,***
- ***připravit různé druhy kávových nápojů a orientovat se v odlišnostech provázejících jejich zpracování,***
- ***nabízet a prezentovat široký sortiment nápojů,***
- ***provádět servis nápojů na vysoké odborné úrovni.***

Znalosti baristy musí být založeny na vědeckých poznatcích, proto je nutné sledovat profesní vývojové trendy a své poznatky stále rozšiřovat a aktualizovat.

Kodex baristy

S cílem charakterizovat a vymezit činnost baristy v praxi a jeho vztah k oboru, jsem stanovil následující kodex baristy. Pokud se barista ve svém profesním počínání nechová dle těchto uvedených zásad, nemá morální právo se za baristu označovat.

1. *Barista věnuje maximální péči přípravě všech nápojů na provozovně, zná zásady jejich servisu a dbá o jejich kvalitu.*
2. *Barista zná kompletní sortiment nápojů a především teplých nápojů v podniku, kde pracuje a je schopen tyto nápoje nabídnout a doporučit.*
3. *Barista udržuje pracoviště v čistotě a dbá zásad osobní i provozní hygieny. Je vždy čistý, strýzlivý a vhodně upraven a oblečen.*
4. *Barista se podle svých možností dále vzdělává a zajímá o dění v oboru, navštěvuje přednášky a semináře a z pozice specialisty i předává své poznatky a zkušenosti.*
5. *Barista vždy reprezentuje podnik i obor a s hosty jedná slušně a dle zásad společenského chování a zásad poctivosti prodeje.*

Znalosti a dovednosti baristy

Pro přehled okruhu znalostí a dovedností, které absolvent získá, jsem sestavil celkem tři pojmové mapy. Znalosti a dovednosti, které získává barista na různých úrovních vzdělávání, jsou v těchto mapách z didaktického hlediska vizuálně rozlišeny. Pro každou úroveň vzdělání definovanou stupněm kurzu 1 - 3, jsem vytvořil samostatnou pojmovou mapu.

Graficky jsem ztvárnil mapy tak, aby byly co nejpřehlednější. Z hlediska estetiky vycházím ze symbolu kávového zrna, který provází všechny tři pojmové mapy a je umístěn centrálně. Tento symbol je obklopen drobnými kávovými zrnky, motiv je shodný, ale v menším provedení. Symbol kávového zrna slouží jako podklad, na kterém je umístěn text vyjadřující znalost nebo dovednost, kterou barista absolvováním kurzu získá.

Levá část pojmové mapy je věnována teoretickým znalostem. Proto jsem použil k podbarvení textu zelenou barvu jako symbol teorie. Zároveň zelená symbolizuje i kávové zrno jako zemědělskou plodinu, která teprve čeká na své další odborné zpracování.

K vyjádření objemu a úrovně praktických dovedností jsem jako podklad opět použil symbol kávového zrna, tentokrát v barvě hnědé, která má symbolizovat praženou kávu. Tedy takovou kávu, s níž barista v praxi denně přichází do styku, aby z ní připravil nápoj.

Viz. pojmové mapy v úvodu učebního textu.

Práce s učebním textem

Text je prostředníkem k získání znalostí i dovedností a současně je teoretickou oporou jak při praktickém vyučování, tak v samotné praxi.

Symbole použité v textu

Pro vysvětlení je v úvodu učebního textu u každého symbolu uveden úkol, který vybízí studenty k různým konkrétním činnostem. V důsledku jsou studenti vedeni ke splnění tohoto úkolu a ke konkrétní činnosti.

Každý grafický symbol představuje jiný úkol:



Nauč se nazpaměť.



Pozoruj.



Pozor.



Přemýšlej.



Odpověz.



Splň úkol.

Historie pěstování kávovníku

Kávovník pochází z oblasti dnešní Etiopie a Somálska, kde ještě stále divoce roste. Jeho rozšiřování a pěstování začalo však v Arábii, tedy dnešním Jemenu. Přístav Mocha, také známý pod názvem Mokka, patřil k rušným obchodním místům.

První zmínky o pěstování kávy v Jemenu jsou z roku 575 n. l. Jako surovina byla káva přísně střeženým tajemstvím a až v roce 1616 se podařilo Holanďanům propašovat několik rostlin do Nizozemska a následně pěstovat kávovník 1658 na Srí Lance. Arabové nikdy nevyvezli z Arábie kávové třešně nebo pergamenovou kávu a tak účinně zabránili klíčení semen. Do Evropy se kávová zrna dostala díky benátským kupcům kolem r. 1600. O pěstování kávy usilovali i ostatní národy, většinou bez velkých úspěchů. Francouzi dokonce zkoušeli pěstování přímo na území Francie. Soupeřili s nimi Italové i Němci.



Jakým způsobem si zajistili Arabové monopol na pěstování a obchod s kávou po celé jedno tisíciletí?



Zjistěte na mapě světa, kde leží výše uvedená místa.

Mýty o pěstování kávy

Pověst o pastevcích ovcí a koz z Arábie je asi nejznámější. Jemenský pastýř Kaldi si prý všiml, že jeho ovce jsou po spásání bobulí čilé až do noci. Tento svůj objev sdělil opatovi a ten pak s mnichy zkoušel pít nálev z těchto bobulí. Řádoví bratři brzo zjistili, že jsou po něm při večerních modlitbách čilejší.

Pověst z Indie praví, že v 17. století se vrátil ze své pouti z Mekky Baba Budan a přinesl hrst naklíčených kávových zrn. Tak vzniklo pěstování kávy na východě.

Příděl pitné vody obětoval ve prospěch stromku kávovníku Francouzský námořní důstojník Gabriel Mathieu de Clieu se na palubě lodi. A dovezl takto kávovník až na ostrov Martinik. Dnes se na tomto ostrově pěstuje přes 19 miliónů kávovníků a odsud se rozšířily na Haiti, San Domingo a Guadalloupe.

První milovníci kávy žili v Etiopii. Nápoj z kávových zrn se zřejmě jmenoval buchnam. Arabský spis cca 900 – 1000 n. l. uvádí přednosti nápoje „pro žaludek a ostatní tělesné orgány a kůži“. Autoři poukazují i na to, že nápoj „... dodává výtečnou vůni celému tělu“. Vědci došli k závěru, že káva se pila ve starém Řecku už za časů Homérových. „Zázračný nápoj“ přinesla i Helena ze Sparty do Tróje. Židovský král David dostal kávu od Abigail. Pití kávy v Mekce sloužilo muslimům k náboženským účelům, později k zábavě. Jinde v muslimském světě bylo dokonce i opakovaně, ale bez úspěchu zakazováno a viníci byli zašíváni do kožených pytlů a házeni do Bosporu.

Proti pití kávy horovali katoličtí kněží. Papež Kliment VIII. (1592 – 1605) šálek kávy ochutnal, aby si vytvořil názor a káva mu natolik zachutnala, že místo zákazu se rozhodl kávu pokřtít jako bohubilý křesťanský nápoj.



Proč byla káva v Evropě zpočátku přijímána s nedůvěrou?



Zapamatujte si příběh z historie kávy, kterým dokážete pobavit společnost.

Vznik kaváren

První loď s nákladem kávy připlula do Benátek v roce 1630 a brzy na to začaly v Itálii, Británii, Nizozemsku, Francii a Německu vznikat první kavárny.

První kavárna se otevřela v Benátkách 1645 (jiný pramen uvádí 1683). V Anglii to bylo v roce 1650 v Oxfordu. V Čechách vznikla první kavárna 1714 v Praze. Jiný pramen uvádí již 1708. Na našem území byla první kavárna otevřena 1702 pokřtěným Turkem Ahmedem v Brně.

První kavárnu otevřeli v Londýně v roce 1652. V roce 1675 se ji Karel II. pokusil zavřít „tato útočiště nespokojených lidí, kteří ruší klid a pokoj národa“.

Paříž kávu objevila v roce 1657. Prodávala se v malých obchůdkách, pouťových stáncích a potulnými prodavači. První kavárna vznikla v roce 1686, byla velmi elegantní a její interiér byl zdoben goblény, zrcadly a mramorem.



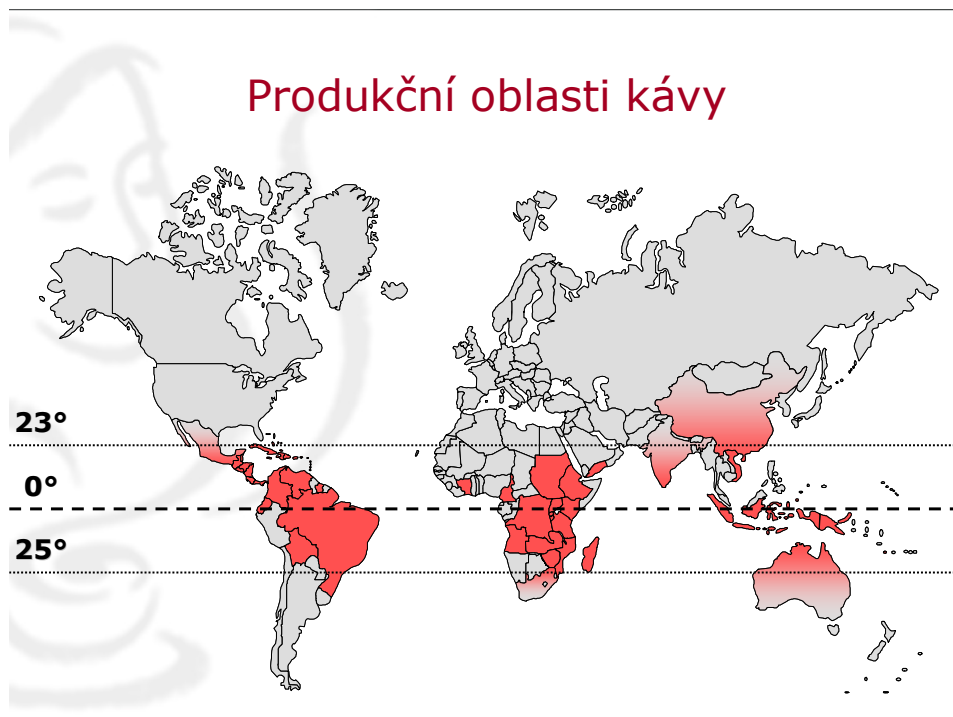
Co měly společného země, ve kterých vznikly první kavárny v 17. století?

Pěstování kávy

Všechny kávy se pěstují v tropickém a subtropickém pásu mezi 23 stupněm severní a 25 stupněm jižní šířky. Pokud teploty klesnou pod bod mrazu, kávovníky hynou.

Kávovníky potřebují celoroční srážky nad 1500 mm, proto se plantáže často zavodňují a zároveň na zadržení vlhkosti v půdě se osazují stromy, jejich úkolem je také stínit před ostrým sluncem.

Káva se pěstuje v Latinské a Jižní Americe, Severní a Střední Africe, Indii, Východní a Jihovýchodní Asii. Bližší určení viz. země produkující kávu.



Jaké klimatické podmínky jsou ideální pro pěstování kávovníku?

Kávovník

Káva se pěstuje na věčně zelených stromech kávovníku, podle druhů se může jednat o keřiky až vzrostlé stromy dosahující 10 m. Tyto stromy se sklízí dvakrát až třikrát ročně a rodí průměrně pětadvacet let, kvetou i dozrávají současně. Květ, připomínající jasmín kvete dva dny a potom uvadá. Z květů se utvoří nejprve zelené a potom červené bobule. Z botanického hlediska nejsou odborníci zcela zajedno při klasifikaci druhu. Existuje asi 500 rodů a 6000 druhů. Označení káva dostal nápoj podle jednoho z těchto druhů – Coffea.

Druhy kávovníku

V celosvětové produkci převažují druhy *Coffea canephora robusta* a *Coffea arabica*. Známe je ještě druh *Coffea liberica*, jehož produkce je velmi malá. Celkem existuje šedesát druhů kávovníků.

Coffea canephora robusta je odolný druh, dobře snáší teplo a vlhko. Pěstuje se v níže položených oblastech v 200 až 500 m nad mořem. Některé prameny uvádějí, že domovem tohoto kávovníku je Indonésie, především ostrov Jáva, kde je velmi rozšířen. Jiné uvádějí Kongo. Kávovníky jsou odolnější a otužilejší než ostatní druhy a snesou větší změny teplot. Kávová zrna se obvykle používají do směsí nebo na výrobu instantní kávy. Robusta je silná a hořká káva s vysokým obsahem kofeinu. Robusta tvoří cca 32 % celosvětové sklizně.

Coffea arabica se vyznačuje nízkým obsahem kofeinu, výrazným aroma a jemnou, mírně nakyslou chutí. Pravlastí této rostliny je Etiopie, ale pěstuje se dnes na plantážích po celém světě. Je to citlivá rostlina, která podléhá vlivu škůdců a chladu. Pěstuje se v hornatějších oblastech od 500 do 2000 m nad mořem s nižší vlhkostí vzduchu. Je to nejžádanější káva, která tvoří cca 67 % celosvětové sklizně. Většina této kávy se sklízí ručně, aby nedošlo k jejímu poškození.

Coffea liberica se vyznačuje zvláštní trpkou chutí. Její produkce činí pouze 1 % na světě a jejím domovem je ostrov Madagaskar.



O který druh kávy má světový trh největší zájem?



Zapamatujte si poměr a místa pěstování jednotlivých odrůd káv.

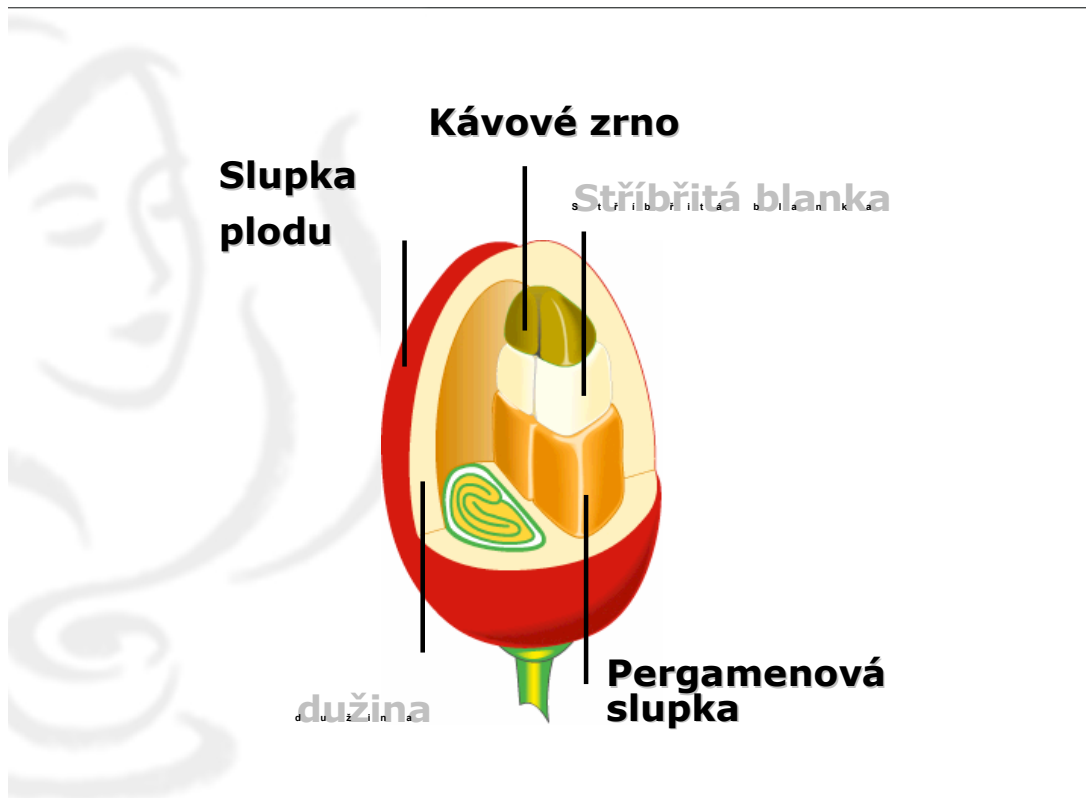
Plod kávovníku

Tyto plody nazýváme kávové třešně. Plody se musí sbírat v optimální zralosti, protože zelené již nedozrají a přezrálé se kazí. Kávová třešeň obvykle obsahuje dvě zrníčka. Výjimku tvoří druhy s jedním zrnem, nazývané „peaberry“.

Kávový plod se skládá z dužniny a tenké stříbřité blanky. Blanka, která drží obvykle dvě zrníčka, se nazývá pergamen.



Popište jednotlivé části plodu kávovníku.



Kávovníkové plody nazýváme pro jejich barvu a tvar „kávové třešně.“

Zpracování plodů kávovníku

Zpracování je náročným a dlouhodobým procesem zahrnujícím sběr kávových bobulí, jejich fermentaci nebo sušení, vyloupaní kávových zrn a opětovné sušení a následné pražení, chlazení a balení do přepravních obalů.

Sběr kávy

Sběrači seberou ručně (česání) 2 - 3 kg z jednoho keře kávy za rok. Vzhledem k postupnému dozrávání kávy to znamená, že se k jednomu keři musí sběrač několikrát vracet a sběr je nákladný. Sběrač je schopen nasbírat jeden žok kávových zrn (45 – 60 kg) v průměru za pět dní.

Příčinou tak nízkého výkonu je, že kávová zrna tvoří pouze 20 % obsahu peckovic. Pokud tedy denně sebere česáč 50 kg peckovic, tvoří zrno pouze 10 kg. V současnosti se používá i strojového sběru.

Kávovníky musí být pěstovány v řadách na rovných pozemcích s měkkou půdou.

Sbírat se nesmí plody nedozrálé, poškozené, přezrálé, zmrzlé apod. Při rozmáčknutí takovéto plody páchnou a říká se o nich, že mají „lišku“. Mohou zkazit celou várku kávy.



Co znamená výraz „liška“?



Zjistěte, co znamená označení Fair trade.

Zpracování kávových bobulí

Z kávových třešní (peckovic) se odstraní značná část obalu, který tvoří dužina a bílý obal, zvaná pergamen. K tomuto úkonu se používají dva různé procesy – *suchý* a *mokrý*. O způsobu zpracování rozhoduje odrůda kávy a kvalita zrna.

Suchý způsob spočívá v sušení plodů na slunci na kamenných podlahách nebo rohožích. Peckovice se musí pravidelně prohrabávat, chránit před deštěm a chladem. Zrna nesmí vyschnout příliš, ani nesmí být vlhká, aby nebyla napadena plísní. Následně se obal odstraní strojově. Tento způsob se používá u kávy nižší kvality (robusta), je příliš hrubý.

Mokrý způsob spočívá v promývání plodů. Plody se promývají vodou, čímž se odstraňuje i oplodí. Za pomoci vody se zároveň třídí zrna podle velikosti, protože větší zrna klesají na dno a lehčí jsou unášena proudem dál. Dalším stupněm zpracování je fermentace. Zrna jsou uložena do kvasných nádrží a za pomoci enzymatické reakce se uvolňují zbytky oplodí pokrývající pergamenovou slupku. Takto je především zpracovávána káva arabica.

Po fermentaci se zelená zrna suší tři týdny na slunci nebo ve velkých sušičích, přičemž zrno stále pokrývá pergamenová slupka, která sušením nesmí popraskat. Kávové zrno se suší a musí se pravidelně obracet, aby proschnutí bylo rovnoměrné a riziko, že zrno bude napadeno plísní, bylo minimální. Proti silnému slunečnímu záření se zrna musí zakrývat. V této fázi nazýváme zrna jako pergamenová káva a zůstávají v tomto stavu až do exportu.



Který z uvedených způsobů zpracování je citlivější k zrnu a slibuje vyšší kvalitu kávy?



Jaké rizikové faktory mohou v této fázi výroby ovlivnit kvalitu kávy?

Další zpracování

Skladování pergamenové kávy by mělo probíhat v podmínkách snížené vlhkosti a ne déle než rok.

Před exportem nastává loupání a luštění kávy. To se provádí na strojích pracujících na principu tření a odírání. Uvolňují se jednotlivá semena, která jsou dále ještě obvykle leštěna, aby se odstranily zbytky pergamenu.

Zrna mají různou velikost i barvu (modrozelená, šedozeleň, žlutohnědá), proto se musí tředit a přebírat. Mají slabou chuť i vůni a jsou určeny pro další zpracování v pražírnicích.

Přeprava kávy

Káva je přepravována v žocích (cca 60 kg), které jsou ukládány do přepravních kontejnerů (250 žoků).

I během přepravy musí být náklad zajištěn proti vlhkosti a škůdcům.

Obvykle je káva přepravována za pomoci lodní dopravy. Na kontinentech se využívá přeprava automobilová a cílem jsou pražírny rozmístěné po celém světě.

Pražení kávy

Pražení probíhá za působení vysokých teplot na kávové zrno s cílem přeměnit chemické složení zrna a docílit požadovaných fyzikálních změn. Pražírny jsou vybaveny náročným technologickým zařízením pod dohledem odborníka na pražení.

Vliv pražení

Během pražicího procesu dochází díky vysokým teplotám k chemickým reakcím. Škrob se mění na cukr, vytvářejí se různé kyseliny, zatímco jiné se odbourávají. Bílkovina se rozkládá na peptidy a ty se vylučují jako oleje. Pražením se uvolňují éterické a lipidické oleje, které jsou nositeli typických aromatických a chuťových látek.

Proces pražení

Kávová zrna jsou pražena za stálého otáčení ve velkých bubnech při vysokých teplotách 200 – 300 stupňů Celsia. Zrno takto ztrácí až 20 % své váhy, ale objem se zvětšuje, a to zhruba o 60 %. Mění se i barva zrna z výše uvedených odstínů na odstíny hnědé až černé. Teplota i délka pražení je různá podle požadavku na chuť kávy. Délka pražení ovlivňuje kyselost a vůni. Pražicí stroje jsou vybaveny termostaty a velkými bubny, které se otáčejí a zajistí tak rovnoměrné pražení zrna.

Po upražení musí dojít ke zchlazení zrna studeným vzduchem. Přesto mohou dále tyto éterické oleje vyprchávat, a to především dlouhodobým skladováním a mletím a následným skladováním. Jejich ztráta má za následek ztrátu chuti.

Po pražení se zrna ještě třídí, musí se odstranit nedopražená zrna. Upražená káva by se měla do 48 hodin zabalit, je totiž náchylná k přijímání okolních pachů, a ty by mohly nápoj zcela znehodnotit.

Stupně pražení

Rozlišujeme zrna světle pražená, středně pražená, tmavě pražená a zcela upražená. Pro přípravu kávy u nás se používají zrna tmavě a zcela upražená vyznačující se až černou barvou a olejovým leskem. Některé odrůdy káv vynikají při silnějším, některé při slabším pražení. Obecně ale platí: „Čím tmavší je pražení, tím nižší je konečná kvalita, a čím silněji se káva praží, tím více ztrácí vlastní charakter“. Způsob pražení je zvykovou záležitostí. Zatímco český a italský konzument požaduje kávu zcela upraženou na přípravu espressa, americký konzument dává přednost světle pražené kávě, která je dále zpracovávána jako překapávaná.



Zapamatujte si rozlišení kávy podle způsobu pražení zrn.

Tvoření směsí

Společnosti obchodující na trhu s kávou pro konečného spotřebitele mají za cíl vyrovnanou a vyváženou chuť, která identifikuje i reprezentuje jejich značku. Vzhledem k rozdílům v kvalitě kávy,

daným rozdílností klimatických podmínek v jednotlivých letech, je cestou ke kvalitě míchání jednotlivých druhů káv z různých koutů světa. Mísí se arabica a robusta v obvyklých poměrech 60 : 40 až 95 : 5. Stoprocentní arabica je na trhu vzácnější, stejně tak jako kvalitní stoprocentní robusta. Vyvážená chuť je předmětem neustálého bádání ve výzkumných laboratořích výrobců káv. Platí pravidlo, že flexibilní tvoření směsí zajišťuje konstantní kvalitu kávy.

Tvoření směsí

Flexibilní tvoření směsí zajišťuje konstantní kvalitu



Příklad tvoření směsí firmou Douwe Egbertś.



Zajímejte se o to, proč a v jakém poměru jednotliví výrobci mísí druhy káv..

Mletí kávy

Mletí kávy je bohužel v gastronomických zařízeních provozovateli často podceňováno. Příčinou je nedostatečná osvěta a finanční náročnost technologického zařízení na mletí kávy.

Vliv mletí na kvalitu

Kvalitu připravované kávy čerstvost mletí zásadně ovlivňuje. Mletím dochází k uvolnění již zmíněných éterických olejů. Kavárny by měli mít namletu pouze denní dávku kávy v uzavřené nádobě, nejlépe umístěné přímo pod mlýnkem nebo v kávovaru. Výhodou jsou automatické kávovary, jejichž součástí je mlýnek dávkující právě umletou kávu k okamžitému zpracování v espresso. Pokud používáme kávu již mletou, nemůžeme nikdy zajistit spotřebiteli tak kvalitní chuťový zážitek jako u nápoje připraveného z čerstvě mleté kávy.

Uchovávání mleté kávy

Kvalitu zakoupené mleté kávy zaručí vakuové balení a její další uložení v uzavřené nádobě a chladu. V případě gastronomického provozu musíme dbát především na čerstvost mletí kávových zrn. Dalším důležitým faktorem je jemnost mletí, protože při narušení struktury kávového zrna dochází k uvolňování éterických olejů. Čím je káva umleta jemněji, tím je riziko jejího zvětrávání vyšší.



- Hrubě mletá káva si uchová vůni déle než jemně mletá.
- Nemletá káva zvětrává asi 50 x pomaleji než káva mletá.
- Káva se nesmí mlít příliš rychle, aby neztratila své aroma.



Nakupujete-li domů nebo na provozovnu mletou kávu, přesypte ji po otevření do uzavíratelné skleněné nádoby a dejte do ledničky.

Způsoby mletí

Mletí kávy rozlišujeme podle dalšího využití a zpracování kávy následovně:

- Hrubě a středně mletou kávu používáme do překapávače a na „kávu v příboru“.
- Jemně mletá káva výborně vyluhuje a použijeme ji při přípravě „espressa“.
- Prášková, velmi jemně mletá káva slouží k přípravě zalévané kávy („turek“)

Je-li káva umleta příliš jemně, vyniká její vysoká hořkost, vůně a síla. Právě zmíněná hořkost ale může být na závadu kvalitě. Každá specifická příprava kávového nápoje vyžaduje jiný způsob mletí. Pokud bychom například na zalévanou kávu použili hrubě nebo středně mletou kávu, část mletých zrněk by vyplavalo na hladinu a způsobilo nepříjemný chuťový zážitek. Při přípravě espressa jemnost mletí výrazně ovlivňuje dobu presování a tím předávání chuťových látek mleté kávy protékající vodě. Platí, že čím menší káva typu espresso, tím jemněji musí být káva semleta.



Zapamatujte si způsoby mletí a využití takto mleté kávy.

Technologické zařízení

K mletí se používají profesionální mlýnky na kávu. Ideálním řešením by bylo vlastnictví dvou až tří mlýnků. Každý mlýnek by byl nastaven na jinou hrubost mletí, a tak by se zcela vyhovělo nárokům na kvalitu rozdílných káv typu espresso. Toto řešení však není v praxi zcela reálné, a proto musí baristé jemnost mletí nahrazovat intenzitou utlačení kávy v páce.

Personál kaváren, případně odborní prodejci kávy musí často seřizovat a kontrolovat hrubost mletí u profesionálních mlýnků.

Mlecí kameny se používáním opotřebovávají a časem musí dojít k jejich výměně. Mletá káva reaguje i na vlhkost vzduchu a ve dnech s vyšší vlhkostí musí barista změnit nastavení mlýnku na požadovanou kvalitu. Mlýnek vyžaduje pravidelnou péči a profesionální mlýnek se vyznačuje i vyšší pořizovací cenou.

Právě vzhledem k pořizovací ceně profesionálních mlýnků se provozovatelé restaurací a kaváren často rozhodnou pro nákup mleté, vakuově balené kávy. I při sebelepší kvalitě a značce této kávy však nemohou zajistit lepší kvalitu výsledného nápoje než ten, kdo se pro investici do mlýnku rozhodne a věnuje mu náležitou péči.



Co je příčinou absence kvalitní technologie na mletí kávy na provozovně? Nedostatek finančních prostředků nebo neznalost problematiky přípravy káv?

Kávovary

Kávovary jsou přístroje na přípravu espressa pracují na principu protlačování horké vody pod vysokým tlakem přes namletou směs kávy. Pro přípravu kvalitní kávy je nezbytný kvalitní kávovar. Mezi nejznámější výrobce patří firmy: LA CIMBALI, FAEMA, BRASILIA, WEGA, SAECO, SAN MARCO, WMF, LA PAVIONI, ELEKTRA, ASTORIA, EXPOBAR. Většina kvalitních technologických zařízení na přípravu kávy typu espresso má svůj původ v Itálii.



Všimněte si. V těch provozovnách, kde používají mlýnek na kávu a profesionální kávovar, si obvykle máte možnost nápoj opravdu vychutnat.

Členění kávovarů a popis

Podle způsobu a místa využití bychom mohli kávovary rozlišit do tří skupin na domácí, poloprofesionální a profesionální. Podle náročnosti technologie rozlišujeme kávovary (espresovače) na plně automatické a pákové poloautomatické a automatické.

Automatizace se člení podle těchto kritérií:

Plně automatické stroje se vyrábějí pro již využití na menších provozech s kapacitou cca do 40 porcí denně v ne příliš vysoké frekvenci. Voda je v zásobníku o kapacitě do 3 litrů a je ohřívána průtokem přes spirálu. V menších provozech jde o ekonomický provoz jak z hlediska energie, tak z hlediska finančních vstupů, neboť ceny takovýchto kávovarů se zabudovanými mlýnky jsou obvykle do třiceti tisíc korun. Další výhodou je nízká náročnost na obsluhu. Naopak nevýhodou je nižší kvalita kávy, poruchy, hlučnost mletí, časté zanášení vodním kamenem. Používat kávovary v této kategorii pro účely provozu kavárny není profesionální a jsou určeny výrobcem především pro rodinný a kancelářský provoz. Celou řadu výrobků tohoto charakteru nabízí firma SAECO.

Plně automatické profesionální kávovary mají využití především na čerpacích stanicích, nebo v takových provozech (non stop herny), kde nad kvalitou kávy převažuje zájem provozovatele o přesnost vyúčtování a zamezení úniků vlivem nepoctivého prodeje. Použitá káva je automaticky odklizena do odpadního koše. Často bývá v takovýchto kávovarech prodávána káva granulovaná nebo káva v kapslích. Dodavatel často vyžaduje nejen odběr instantní a vakuované kávy, ale i mléka a nezředka i vody.

Pákové stroje se člení se na ***poloautomatické a automatické a na jednopákové a více pákové***. Vstoupily do jednadvacátého století právě díky schopnostem vyškoleného obsluhujícího personálu předstihnout kvalitou připraveného nápoje automat. Voda je přiváděna z vodovodního řadu přes změkčovač, takto je zamezeno tvorbě vodního kamene a poškození kávovaru. Ohřev vody probíhá v bojleru. Obsah bojleru je adekvátní schopnostem kávovaru vyrobit určité množství káv v daný okamžik. Právě bojler umožňuje kvalitní přípravu kávy díky skutečnosti, že ohřívá vodu na 94 - 95 stupňů Celsia.

Rozdíl mezi automatickým a poloautomatickým přístrojem je ve schopnosti personálu jej flexibilně ovládat. Automatické funkce spoří čas a personál může po zapnutí předvolby k přípravě nápoje vykonat ještě jinou práci. Manuální funkce, která je součástí výbavy poloautomatického kávovaru, dává příležitost baristovi k dokonalému zpracování nápoje dle přání hosta. Rozhodujícím faktorem je množství použité vody k přípravě nápoje.

Podstatné rozdíly jsou mezi kávovary jednopákovými se schopností vyrobit dvě kávy najednou a např. až čtyřpákovými, u nichž je tato schopnost osminásobná. Na těchto čtyřpákových kávovarech je možno připravit i více kávových směsí a neovlivnit tak negativně jejich kvalitu. Automatický a poloautomatický přístroj se liší především v dávkování vody. Zatímco u automatu se na základě předvolby plní šálek vždy do stejné výše, pouze jednou za čas dochází k seřízení, poloautomat je ovládán obsluhou obvykle systémem zapni – vypni. Z hlediska produktivity práce je výhodnější automat, z hlediska vstřícnosti a snahy vyhovět přání hosta je výhodnější poloautomat. Nekvalifikovaná obsluha si často neumí poradit například s požadavkem hosta na přípravu kávy ristretto, protože má v předvolbě pouze piccolo.



Srovnajte výhody a nevýhody profesionálnych a neprofesionálnych kávovarů.



Zapamatujte si teplotu vody k prípravě kávy.



Jaké je význam automatického ovládání kávovaru?

Údržba kávovaru

Technologickému zařízení musíme věnovat pravidelnou péči v průběhu provozní doby i v době ukončení činnosti přístroje po provozní době. Pokud bychom tuto skutečnost zanedbali, výrazně se to podepíše na snížení kvality nápoje. Identickým negativním jevem je například zápach spáleniny doprovázející nápoje.

Údržba během provozu

Použitá káva musí být z páky neprodleně odstraněna, aby nedošlo vlivem uvolňování éterických olejů k jejich přepalování a zanášení síta kávovaru i páky a tím znehodnocení další porce kávy. Proto po každém použití páky a následné expedici kávy musí nastat okamžitá údržba a nikoliv tzv. sušení kávy v páce. Ideálním řešením je vyklepnutí použité kávy do nerezových šuplíků přepažených kovovou tyčí a následné propláchnutí páky horkou vodou přímo z kávovaru.



Nezapomeň vždy bezprostředně po servisu kávy vyčistit a propláchnout síto a páku, aby nedošlo ke znehodnocování dalších porcí kávy!

Údržba po ukončení provozu

Po ukončení provozu páky rozebereme a mechanicky vyčistíme vložená síta z obou stran. Vnitřní síta, která jsou pevnou součástí přístroje, vyčistíme proudem horké vody za použití tzv. slepého sítky, které vrací vodu zpět do přístroje a umožňuje propláchnout i zrnka, která se celou provozní dobu usazovala v přístroji.

Kávovary mají i přídatná zařízení umožňující přípravu cappuccina, svařeného vína, zalévané kávy nebo čaje. Tato přídatná zařízení se nazývají jehly. Při přípravě mléka a čokolády se zanášejí surovinou a údržba musí nastat bezprostředně po jejich použití.

V průběhu provozu dochází k proplachování páky a tím odvádění zbytků kávové sedliny do odpadu. To má za následek zanášení odpadní nádoby umístěné v kávovaru. Vymytí a údržba, této nádoby není nutná v pravidelných intervalech, ale obvykle ji provádíme jednou týdně.

Horní deska slouží k odkladu, osušení a nahřání kávových hrníčků. Rovněž poslední funkce má přímý vliv na kvalitu nápoje. Pro udržení teploty jsou vhodné speciální silnostěnné hrníčky, posledními trendy jsou hrníčky skleněné.



Nezapomeňte vyčistit jehlu na šlehání mléka ihned po jejím použití!



Zapamatujte si jednotlivé kroky údržby kávovaru i to jaký má daný krok vliv na kvalitu nápoje.



Pozorujte, kdykoliv jste v roli hosta, jak odborně obsluha ovládá technologické zařízení a zda-li provádí jeho pravidelnou údržbu.

Odborná údržba

Odborná údržba ze strany dodavatele technologického zařízení je obvykle prováděna v tříměsíčních intervalech. Nejčastěji se jedná o odstranění vodního kamene, vyčištění filtrů u změkčovačů a výměnu těsnění nebo hadiček na přívod vody. Rozsah údržby odpovídá způsobu používání přístroje personálem i množství vyrobených nápojů.



Zjistěte v místě své praxe jak často a v jakém rozsahu je prováděna odborná údržba

Pořízení kávovaru

Na miskách vah při rozhodnutí pro daný typ kávovaru je jeho cena, produkční schopnost přístroje i skutečnost, zda lze k profinancování přístroje dospět jinak, než z vlastních prostředků. Mnohé firmy nabízí umístění přístroje zdarma v návaznosti na závazný odběr. Obvyklá je také forma operativního leasingu, pronájmu, smlouva o výpůjčce věci atd.

Pořizovací cena nejlevnějších jednopákových přístrojů s příslušenstvím, jako je změkčovač a kávový mlýnek, se začíná pohybovat od šedesáti tisíc korun. U přístrojů čtyřpákových je tato částka až pětinasobná.

Mnohé firmy se zabývají prodejem levných, repasovaných přístrojů, jejichž cena je například po pětiletém užívání zhruba padesáti procentní oproti ceně pořizovací.



Zapamatujte si názvy značek kávovarů předních světových výrobců.

Základní druhy káv

Snad nejznámější kávou u nás je káva spařovaná neboli zalévaná, připravovaná v domácnostech i kancelářích téměř denně. Pod některým z těchto názvů bychom ji měli najít i na nápojových lístcích našich gastronomických zařízení. Mnohem častěji ale vzbudí správné názvosloví údiv, protože zdomácnělým výrazem je jednoznačně „turek“. Případně se setkáme na nápojovém lístku s pokusem o spisovnou češtinu a názvem káva turecká. Tímto se ovšem jako Češi dopouštíme zásadního omylu a gastronomického prohřešku. To, co prezentujeme pod názvem turecká káva, by nejednoho etnického Turka nepříjemně překvapilo. Turecká káva, která má plné právo tento název nosit, se nepřipravuje v šálku a spařením vodou z varné konvice. Správná příprava turecké kávy je už více než tisíc let připravována v džezvě, tedy malé nádobce původně z mědi vybavené dlouhou rukojetí.

K dokonalosti dovedli přípravu kávy Italové. Pomyslné prvenství jim patří díky vysoké kultuře třídění a pražení kávových zrn i péči o kávovary a jejich nezbytné příslušenství. Nikde na světě není tolik pražiren káv a snad nikde na světě není věnována tomuto nápoji taková pozornost, úcta a vážnost.

Turecká (řecká) káva

Jemně mletý kávový prášek vsypeme do džezvy a zalijeme dávkou studené vody. Necháme nad plamenem krátce vzkypět a kávu opět dolijeme studenou vodou. Celý proces ještě jednou opakujeme a na závěr, tedy při třetím vzkypění, kávu už jen studenou vodou lehce zakápneme. Důležité je, aby káva nevřela, ale pouze vzkypěla. Var by velmi necitlivě zničil éterické oleje a tím i samu podstatu kávové chuti. Pro tuto přípravu kávy je vhodná odrůda arabica.

Robusta obsahuje větší množství kofeinu, který v džezvě luhuje. Dávka kofeinu v turecké kávě nebo v kávě spařované, by v případě použití robusty, převýšila až sedminásobně množství kofeinu známé například v kávě espresso.

Káva se vyznačuje výraznou vůní, silou a hustou tmavou pěnou. Kávová sedlina částečně sedne na dno džezvy. Džezvu spolu s malým šálkem, nebo ještě lépe koflíkem bez oušek a sklenicí vody servírujeme na malém kavárenském platu před hosta. Sklenice vody slouží k tomu, aby host měl možnost po každém doušku kávy douškem vody vyčistit chuťové pohárky svého jazyka a káva mu přinášela opakovaný požitek ze své chuti.

Zalévaná, spařovaná káva

Obvykle je připravována ze 7 g jemně mleté kávy. Oblibu si u nás získala především díky časově a technicky nenáročné přípravě. Bohužel z hlediska odborníka na přípravu kávy je nutno konstatovat, že kvalita velmi trpí a odborníku na zdravou výživu nezbyvá dodat, že trpí i organismus konzumentů, především žaludek a střeva. Také vysoká dávka kofeinu organismu více škodí, než prospívá. Přesto všechno můžeme tuto kávu, také někdy označovanou jako černou, považovat za naše národní a kulturní dědictví. Fakt, že tuto kávu a v takové míře připravují na světě pouze Češi, je totiž nezpochybnitelný. I přes jednoduchost přípravy bychom měli ctít základní pravidla.

Zásady pro přípravu zalévané kávy.

1. *Kávu dávkujeme na dno hrníčku v přiměřeném množství. Neplatí, že čím silnější, tím chutnější. Snad jen o hostiteli se v tomto případě dá říct, že to s námi asi myslel dobře a zřejmě na něj budeme vzpomínat dlouho do noci.*
2. *Kávu zaléváme vodou z varné konvice, avšak pozor! Voda nesmí vřít! Právě vroucí voda (100 °C) zničí všechny nositele kávové chuti a výrazně náš nápoj ochudí. Vhodná teplota vody na zalití kávy se pohybuje v rozmezí 92 – 95 °C .*
3. *Kávu zaléváme vždy nadvakrát a krouživým pohybem tak, aby se utvořila kávová sedlina a rozemletá zrníčka neplava na hladině a neulpívala na jazyku.*

Na receptu není v zásadě co měnit, a proto obměny přípravy spočívají spíše v surovinách. Předmětem diskuse mezi labužníky potom bývá druh použité vody, její tvrdost a obsah minerálních látek. Voda obohacená minerály dokáže chuť kávy stejně tak umocnit jako snížit.

Chuť a především kávovou pěnu může výrazně povzbudit špetka kuchyňské soli nebo zaživací sody, starý a osvědčený zvyk „pinglů“ jak navodit dojem, že máme čerstvě semleto.



Zásady pro přípravu zalévané kávy si osvojte a používejte doma i v praxi!

Kávy typu espresso

Espresso znamená v italštině rychlý a vyjadřuje tak rychlost přípravy kávového nápoje, který je vyroben z jemně umleté kávy za pomoci technologického zařízení – kávovaru. Důležitým faktorem v přípravě nápoje je tlak horké páry a vody, která krátce propařuje kávu. Espresso je pojmem obecným, který se člení na jednotlivé druhy s rozdílným objemem, délkou zpracování a intenzitou kávové chuti. Za základní druhy espressa považujeme ristretto, espresso a doppio. Trendy a terminologie se během času mění. Proto pozor na správnou komunikaci s hostem i kolegy!

Ristretto

Ristretto je silná malá káva o objemu 2 – 3 cl podávaná s dvěma cukry. Káva je určena znalcům a neobsahuje téměř žádný kofein, zato je nasycena éterickými oleji. Doba přípravy v kávovaru je 12 - 15 sec. Ristretto znamená italsky silný.

Espresso

Espresso je silná malá káva o objemu 3 – 4 cl. U nás je obvykle požadována větší velikost nápoje, a to až 6 cl. Chuť kávy je intenzivní, hladinu pokrývá hustá pěna oříškové barvy s pevnou krémovou konzistencí. Doba přípravy je 20 - 25 sec. Označení Piccolo je archaismus, znamená malý.

Lungo

Lungo je velká káva o ideálním objemu 11 - 12 cl podávaná v šálkách. Doba přípravy je 30 – 35 sec. V případě delší doby přípravy dochází k přepalování kávových olejů a znehodnocování chuti. Obvykle podáváme s mlékem. Pro pravidelnou přípravu této kávy bychom měli mít seřízený mlýnek. Lungo znamená dlouhý.

Prodloužené espresso

Lidé, kteří mají rádi větší objem kávy. Maximální doba extrakce 30-35 sec. umožní objem maximálně 8 cl. Proto k této kávě podáváme horkou vodu, kterou si host kávu „prodlouží“. Mírně odlišné poměrem vody a kávy 1:3 je espresso americano.

Doppio

Doppio je dvojitě silné espresso o objemu 8 cl. Chuť i pěna kávy jsou velmi intenzivní, káva je obvykle podávána s mlékem nebo slouží jako základ pro přípravu café latte. Doba přípravy je shodná s dobou přípravy kávy espresso. Nápoj se připravuje na páce s dvěma vývody. Doppio znamená dvojitý.



Zapamatujte si názvy, objem nápoje a délku přípravy jednotlivých káv typu espresso.

Zásady přípravy kávy espresso

Ke správné přípravě espressa musíme dodržet tyto zásady:

- 1. Profesionální kávovar s pravidelnou údržbou.*
- 2. Předehřáté silnostěnné hrníčky o vhodném objemu.*
- 3. Pravidelně seřizovaný profesionální mlýnek.*
- 4. Optimální tvrdost vody (stupeň 6 podle německé stupnice tvrdosti).*
- 5. Tlak v kávovaru 9 barů.*
- 6. Teplota vody 92 – 95 °C.*
- 7. Mletá káva musí být umístěna do předehřáté páky.*
- 8. Káva v páce je řádně utlačena.*
- 9. Káva musí stékat po stěně hrníčku a vytvářet pěnu (la crema).*
- 10. Každá z káv vyžaduje jinou délku přípravy, rozdíly jsou vyjádřeny v sekundách.*
- 11. Připravený nápoj vyžaduje okamžitý servis na stůl hosta.*
- 12. Pracoviště musí být neustále udržováno v čistotě.*



Zásady pro přípravu si zapamatujte a dbejte o jejich důsledné uplatňování v praxi!



Pozorujte, které z těchto zásad jsou v praxi nejčastěji porušovány.



Zamyslete se nad tím, dodržováním které z těchto zásad nejvíce ovlivňujeme teplotu nápoje při jeho konečném servisu hostovi?

Základní druhy káv s mlékem

Nápoje typu espresso jsou doplněny o našlehané mléko. Jednotlivé nápoje mají různý objem i formu servisu v podobě různých velikostí šáleků nebo varného skla. K základním druhům nápojů s mlékem patří Cappuccino, Macchiatto, Latte a Latte Machiatto.

Příprava mléka

K tomuto účelu se používá plnotučné mléko, nebo speciálně připravené mléko výrobcem a ohřívací jehla, která je součástí kávovaru. Mléko se ohřeje a napění v nerezové nádobě většího objemu. Používáme vždy mléko kvalitní, vychlazené, nepoužité. Při přípravě nesmíme šlehat mléko po povrchu, aby nevytvořilo velké a bortící se bubliny, ani nesmíme držet jehlu u samého dna. Správná příprava mléka předpokládá, že mléko bude v nádobě rotovat. Vnitřní teplota mléka by neměla přesáhnout 67 stupňů Celsia.



Zapamatujte si teplotu jádra šlehaného mléka!



Šlehání mléka je dovednost získávaná především praxí. Věnujte se ve svém volném čase tréninku a konzultujte svou činnost s lektorem.

Cappuccino

Tradiční cappuccino se skládá ze tří stejných dílů espressa, horkého mléka a mléčné pěny. Kompaktní bílá mléčná pěna nese patrné stopy kávy v podobě kontury po obvodu hrníčku nebo vstupů na povrchu pěny podle zvoleného způsobu přípravy. Připravíme dvěma způsoby:

1. Připravíme mléčnou pěnu a necháme krátce odstát v nádobě, do velkého šálku připravíme espresso a na jeho hladinu opatrně naléváme mléko a mléčnou pěnu

2. Připravíme mléčnou pěnu a nalijeme spolu s mlékem do velkého šálku. Šálek postavíme pod ústí páky a přidáme espresso.

Italským zvykem je tento nápoj pít ke snídani, turisté tento nápoj pijí kdekoliv a kdykoliv.

Typickým českým zvykem (mírně ustupujícím) je tento nápoj posypat skořicí, původní italská receptura připouští kakaový prášek. Trendem je používat sypátka, která dokáží vytvořit na pěně obrazce. Odborníci v přípravě kávy, baristé, jsou schopni vykreslit do pěny různé obrazce za pomoci čokoládového dresingu a tyčinky .



Zapamatujte si správný poměr kávy, mléka a mléčné pěny!

Caffe Macchiato

Espresso s horkým napěněným mlékem v poměru 1 : 1. V překladu znamená macchiato „kropenatá káva“. Název odpovídá vzhledu. Do malého šálku připravíme nejprve mléčnou pěnu s trochou mléka a „zapresujeme“ čerstvou kávou přímo z kávovaru. Podobně jako u cappuccina můžeme zvolit i druhý postup přípravy.

Caffe Latte

Caffe Latte je nápoj připravený z espressa a našlehané mikropěny. Mléko má být horké, nikoliv vařící, krémové konzistence a způsob šlehání je mírně odlišný od přípravy mléka na cappuccino. Ideální poměr je 1 : 2. Tato káva byla u nás v minulosti nabízena pod názvem italská, případně berlínská. Nápoj může být podáván ve skle nebo v šálkách. Dnešním trendem je použít jako základ pro přípravu espresso doppio pro svou hustou kávovou pěnu a za pomoci dresingu a mléka vytvářet na hladině obrazce. Tomuto umění se říká latte art.

Flat whitte

„Australské cappuccino“ je určeno těm, kteří mají rádi silnější chuť kávy. K přípravě se používá doppio a mléčná mikropěna. Do silné kávy se lépe tvoří obrazce mléčné pěny.

Caffe Latte Macchiato

Caffe Latte Macchiato je nápoj připravený ze tří dílů espressa, horkého mléka a mléčné pěny. Nápoj je efektně servírován nejlépe v kónických sklenicích s uchem

a limonádovou, nebo delší lžičkou. Nejprve nalijeme do sklenice spařené mléko s trochou pěny na povrchu. Potom přes tuto pěnu opatrně přelijeme z džezvy espresso tak, aby se obě části nesmíchaly. Vrstev docílíme dovedností při šlehání mléka a znalostí teplot jednotlivých složek. Pokud dodržíme maximální teplotu mléka 67 °C a kávy cca 92-95 °C, mléko se s kávou nesmísí. Na závěr doplníme nápoj mléčnou pěnou a jako „třísložkový“ podáváme.



Základ pro Caffè Macchiato a Caffè Latte Macchiato tvoří espresso. Naučte se dodržovat správný poměr kávy, mléka a mléčné pěny!



Pozor na dodržení různých teplot tekutin při přípravě Caffè Latte Macchiato! Pokud bude mléko teplejší a káva chladná, tekutiny se smíchají.



Co je to Latte Art?

Ostatní druhy káv

Káva Mokka – je dnes již nepříliš používaný název pro silnou, malou, překapávanou kávu. Svůj název získala podle Jemenského přístavu Mokka a v Evropě tento název zřejmě zdomácněl již před dvěma sty lety.

Caffè vanigliatto – espresso s napěněným mlékem a vanilkovým sirupem. Vhodný servis ve sklenici typu koktejlka.

Café frappé – zde se názory na způsob přípravy i složení rozcházejí a odborníci nejsou jednotní. Důvodem bude i fakt, že výraz frappé je původně označení pro skupinu míchaných nápojů připravených právě za pomoci zmrzliny nebo ledové tříště.

1. Silná, vychlazená káva smíchaná v šejkru se zmrzlinou v poměru 1 : 1.
2. Silná, vychlazená káva smíchaná v šejkru s ledem a cukrem, potom nalijeme kávu do sklenice a zalijeme trochou chladného mléka, které vytvoří mramorování.
3. Instantní kávu, led, vodu a cukr protřepeme v šejkru. Díky instantní kávě se vytvoří bohatá pěna přes celou sklenici. Na závěr dolijeme studené mléko nebo smetanu, čím vytvoříme mramorování. Frapé vždy podáváme v dlouhých sklenicích se stéblem a a případně i

limonádovou lžičkou. Známa je i příprava, kdy místo dolévání mlékem, zdobíme kávu šlehačkou.

Císařská káva – vaječný žloutek utřený s cukrem nebo medem, malé espresso, horká smetana, koňak.

Café Royale – velké espresso připravíme do skla. Nad hladinou podržíme na speciální perforované lžici kostku přírodního cukru a prolijeme bourbounem a necháme alkohol protéct do kávy. Nasáklou kostku cukru zapálíme a necháme rozpustit do kávy. Dodá kávě karamelovou příchuť. Před servisem kávu zamícháme. Káva se připravuje před zraky hosta na keridonu jako úkon vyšší formy složité obsluhy.

Wiener melange – středně silná káva smíchaná s horkým mlékem a čokoládou.

Vídeňská káva – cezená káva se šlehanou smetanou podávaná ve skle.

Café Americano – espresso zředěné velmi horkou vodou 1:3

Americká káva – jedná se o běžnou překapávanou, středně silnou nebo slabší kávu. V amerických bistrech a barech je neustále ohřívána na plotýnkách překapávačů a podávána do velkých šálků z skleněných konvic.

Alžírská káva – silná káva s vaječným likérem a šlehanou smetanou podávaná ve skle. Vhodné jsou dva způsoby přípravy:

- a) Nejprve nalijeme vaječný likér a na něj opatrně po stěně skla nebo přes lžičku kávu, na závěr dozdobíme šlehačkou.
- b) Využijeme hustoty a váhy vaječného likéru a necháme jej klesnout přes nalitou kávu na dno. Potom zdobíme šlehačkou. Při tomto způsobu přípravy riskujeme méně, že se nám obě složky smíchají.

Café corretto – malé espresso s trochou destilátu, obvykle italského destilátu z vinných matolin s názvem grappa.

Espresso Romano – espresso piccolo doplněné spirálou z citronové kůry.

Con panna – espresso lungo doplněné šlehačkou ušlehanou do polotuha.

Mocha – směs ze třetiny espressa, třetiny horké čokolády a třetiny ohřátého mléka. Můžeme ještě doplnit šlehačkou a posypat kakaem.

Káva a zdraví

Káva je nápojem, na který nemají lékaři, dietologové ani gastronomičtí odborníci jednotný názor. Rozporuplné jsou i výsledky vědeckých výzkumů. V posledních letech se daří však stále více a častěji prokazovat, že negativní vliv kávy na lidský organismus byl v minulosti často přeceňován. A naopak se podařila prokázat řada pozitivních vlivů kávy na lidský organismus.



Co jste četli nebo slyšeli o účincích kávy na lidský organismus?

Káva je zdravá

Káva je zdravá a čím silnější, tím lepší - tvrdí italská studie. Obsahuje tanin a antioxydanty, které pomáhají srdci a cévám. Může přinést úlevu při bolestech hlavy. Zvyšuje pozornost např. při výuce. Prospívá játrům a je prevencí proti cirhóze jater a žlučovým kamenům. Kofein omezuje výskyt astmatických záchvatů a napomáhá krevnímu oběhu. Doporučeny jsou max. 3 – 4 espressa denně (dietoložka Chiara Trombettiová, institut Hamitas Garazzeni, Bergam, Itálie)¹.

Australská studie tvrdí, že lidé pijící kávu trpí méně astmatem, sennou rýmou, zubními kameny a žlučovými kameny. Káva také způsobuje lepší prokrvení mozku a působí příznivě na krevní oběh².

Harvardská studie uveřejnila informaci, že kdo pije kávu, má větší šanci, že nebude trpět cukrovkou. Ke stejnému závěru došli i Finové a Holanďané³.



Zjistěte, jak vnímá konzumaci kávy vaše okolí. Jsou účinky kávy v okruhu vašich známých hodnoceny spíše kladně nebo záporně?

Názory zpochybňující zdravé účinky kávy

Káva není zdravá – obsahuje acrylamid. Ten omezuje genetický kód a způsobuje rakovinu. Tato látka se dostává do kávy při pražení (vzniká i pečením a fritováním)⁴.

Káva není vhodná pro cukrovkáře – zhoršuje látkovou výměnu.

Káva není vhodná pro lidi se zvýšeným krevním tlakem, nadměrné množství může zvýšit nervozitu, vyšší srdeční tep, způsobit třes rukou.

¹ www.kava.cz

² www.e-kava.cz

³ www.kava.cz

⁴ KRAJČOVÁ, J. *Zbožiznalství*. Skripta katedra hotelnictví VŠ hotelová, Praha 2003. (tiskárna Perr Pošík Poděbrady) ISBN 80-86578-17-8.

Káva obsahuje škodlivý kofein

Kofein je lehce stimuluující. Některým lidem po večerní kávě trvá déle než usnout. Jiní klidně pijí kávu po večeri a nemají žádné problémy s usínáním. Výzkumy opravdu ukazují, že reakce na večerní kávu je individuální a stejně tak jako i jiné faktory, jako je hluk, teplota nebo stres, může ovlivnit pozdější usínání. Jde tedy především o individuální citlivost⁵.

Káva bez kofeinu je určitě řešením pro ty, kteří jsou ke kofeinu vnímavější. Účinek kofeinu závisí na tělesné váze a individuálních biologických předpokladech. Káva je zbavena kofeinu chemickým procesem dekofeinizace. Při tomto procesu spolu s kofeinem dochází k odpaření i jiných látek, především citlivých eterických olejů, jako nositelů chuti. Káva bez kofeinu je tedy logicky chuťově chudší než přírodní káva.

Vliv kávy na dehydrataci organismu

Německá společnost pro výživu a dietetiku v Bad Achenu tvrdí, že káva a jiné nápoje obsahující kofein neodebírají tělu vodu, jak se všeobecně tvrdí. Nápoje obsahující kofein nejsou více močopudné a počítají se proto do pitného režimu. Močopudný stav se dostavuje až po požití více než 300 mg kofeinu, což odpovídá asi 4 šálkům. Nutkání na močení vzniká působením kofeinu na hladké svalstvo v okolí močového měchýře. Močení je častější, ale nedochází k dehydrataci⁶.

Zajímavosti o kofeinu

Kofein patří do skupiny látek, kterým říkáme léky, podporující bdělost. Přišlo se na to, že lidské tělo obsahuje látku Adenosin, která působí jako přírodní uspávací prostředek. Kofein tuto látku dokáže blokovat, tím zabraňuje člověku usnout, a tak podporuje jeho bdělost.

Kofein má analeptické účinky, což znamená, že stimuluje centrální nervovou soustavu a také působí na tělesnou výkonnost. V tomto případě jde o účinky ergogenní. Kofein navíc mírní bolest při určitých typech migrén a také bylo zjištěno, že potlačuje příznaky astmatu.

Pokud se potřebujeme kávou povzbudit, pak je mnohem efektivnější dát si několikrát denně malý šálek než pouze jednu velkou porci kávy ráno. Je dokázáno, že kofein při menších a častějších dávkách působí lépe na příslušná centra mozku.

Výsledky výzkumů prokázaly, že na kofein odlišně reagují extroverti a introverti, ti druzí jsou na něj mnohem více citliví. Účinky kofeinu vrcholí asi za hodinu, někdy za dvě poté, co kofein přejde do krve. 600 mg kofeinu zvýší bdělost a povzbudí náladu stejně jako 20 mg amfetaminu.

Bezpečná dávka kofeinu je 300 miligramů, což představuje 2 až 3 šálky kávy. Kofein podporuje dobrou náladu, zvyšuje pozornost, zrychluje reakce a rozšiřuje poznávací schopnosti. Výsledky výzkumů dokazují, že kofein je pro lidské zdraví prospěšný, neboť obsahuje látky, které zabraňují vzniku některých nemocí nebo napomáhá tlumit jejich průběh.

Kofein může zvyšovat ztrátu vápníku v kostech, především u žen v menopauze. Tuto ztrátu lze eliminovat vypitím denní dávky 30 mililitrů mléka.

⁵ www.kava.cz

⁶ www.e-kava.cz

Kuřákovi, který kouří cigarety a zároveň si pochutnává na kávě, se téměř dvakrát se znásobí rychlost, s níž tělo metabolizuje kofein, což znamená, že hladina kofeinu v jeho krevní plazmě klesá dvojnásobně rychleji.

Kofein je přidáván do tablet na hubnutí a do léků. V této souvislosti musíme upozornit na fakt, že léky obsahující kofein jsou mnohem účinnější než analgetika užívaná samostatně. Velmi výrazně působí na naše chuťové buňky⁷.

Hodnoty kofeinu v kávovém extraktu

Tabulka udává obsah kofeinu v 100 ml extraktu těchto typů káv:

Káva překapávaná	37 - 132 mg
Káva instantní	29 - 91 mg
Káva filtrovaná	93 - 127 mg
Káva „bez kofeinu“	1 - 6 mg



Množství kofeinu v extraktu ovlivňuje doba extrakce a teplota vody⁸.

Hodnoty kofeinu v sušině pochutin

Hodnoty kofeinu obsaženého v sušině zeleného kávového zrna se liší, podle odrůdy kávy, podmínek a místa jeho pěstování. Během pražení se hodnota kofeinu prakticky nemění. Tržní druhy káv jsou obvykle vyrobeny smísením dvou odrůd kávovníků. Zajímavostí jsou i vysoké hodnoty kofeinu obsaženého v sušině pravého čaje a čaje maté.

Tabulka udává obsah kofeinu vyjádřeného v procentech v sušině jednotlivých pochutin:

Káva arabská	0,53 - 1,45
Káva robusta	2,11 - 2,72
Pravý čaj	2
Čaj maté	1,4 - 2,7

Kofein je obsažen i v některých potravinách, stal se součástí sladkých i hořkých limonádových přísad a energetických drinků⁹.

Dekofeinizace kávy

⁷ www.kava.cz

⁸ KRAJČOVÁ, J. *Zbožiznalství*. Skripta katedra hotelnictví VŠ hotelová, Praha 2003. (tiskárna Perr Pošík Poděbrady) ISBN 80-86578-17-8.

⁹ KRAJČOVÁ, J., c.d.

Cílem je vyrobit kávu se stejnými chuťovými vlastnostmi. Dekofeinace začíná ještě u zelených nepražených zrněk. Základ položil Ludwig Roselius. Napařená, nabobtnalá zrna se daly kofeinu zbavit lépe. V Brémách založil 1906 firmu.

Metody:

- a) metoda chemických rozpouštědel (Zelená zrna jsou vystaveny působení chemického rozpouštění)
- b) působení nadkritických plynů
- c) louhováním ve vodě či působením kofeinu prostých extraktů

POUŽITÁ LITERATURA

Literatura:

KRAJČOVÁ, J. *Zbožíznalství*. Skripta katedra hotelnictví VŠ hotelová, Praha 2003. (tiskárna Perr Pošík Poděbrady) ISBN 80-86578-17-8.

SMÉKALOVÁ, B. *Káva*. Ottovo nakladatelství, Praha 2005, ISBN 80-7360-395-0.

STRÝČKOVÁ, J. – TESLÍKOVÁ, K. *Pod pokličkou*. Nakladatelství XYZ, Praha 2005, ISBN 80-86864-38-3.

Barista školení – Modul 3. Showroom, Praha 19. 6. 2006.

Další zdroje:

Obrazový materiál

DOUWE EGBERTS: the World of Coffe, propagační materiál Balírny Douwe egberts, a.s., Praha 2007.

Webové stránky:

www.kava.cz

www.e-kava.cz

