



Nicolae Sfetcu

**Totul despre CAFFEA
cultivare, preparare, rețete,
aspecte culturale**

Ediția a doua

MultiMedia Publishing

Totul despre cafea

Cultivare, preparare, rețete, aspecte culturale

Nicolae Sfetcu

Publicat de MultiMedia Publishing

Copyright 2019 Nicolae Sfetcu

Ediția a doua

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

Publicat de MultiMedia Publishing, www.telework.ro/ro/editura

ISBN 978-606-033-182-7, DOI: [10.58679/TW36375](https://doi.org/10.58679/TW36375)

Sursa: Telework, www.telework.ro, licența text CC BY-SA 3.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.ro>

DECLINARE DE RESPONSABILITATE

Având în vedere posibilitatea existenței erorii umane sau modificării conceptelor științifice, nici autorul, nici editorul și nicio altă parte implicată în pregătirea sau publicarea lucrării curente nu pot garanta în totalitate că toate aspectele sunt corecte, complete sau actuale, și își declină orice responsabilitate pentru orice eroare ori omisiune sau pentru rezultatele obținute din folosirea informațiilor conținute de această lucrare.

Cu excepția cazurilor specificate în această carte, nici autorul sau editorul, nici alți autori, contribuabili sau alți reprezentanți nu vor fi răspunzători pentru daunele rezultate din sau în legătură cu utilizarea acestei cărți. Aceasta este o declinare cuprinzătoare a răspunderii care se aplică tuturor daunelor de orice fel, incluzând (fără limitare) compensatorii; daune directe, indirecte sau consecvente, inclusiv pentru terțe părți.

Înțelegeți că această carte nu intenționează să înlocuiască consultarea cu un profesionist educațional, juridic sau financiar licențiat. Înainte de a o utiliza în orice mod, vă recomandăm să consultați un profesionist licențiat pentru a vă asigura că faceți ceea ce este mai bine pentru dvs.

Această carte oferă conținut referitor la subiecte educaționale. Utilizarea ei implică acceptarea acestei declinări de responsabilitate.

Cuprins

1 Cafeaua	4
Etimologie.....	5
Istorie	6
Planta de cafea	11
Cuprins.....	14
Cartea	21
Despre autor	23
Nicolae Sfetcu	23
Contact	23
Editura.....	24
MultiMedia Publishing	24

1 Cafeaua



Cafeaua este o băutură preparată cu o aromă și gust distincte, preparată din semințele prăjite ale arborelui de cafea. Semințele se găesc în fructele care cresc în copaci cultivați în peste 70 de țări, în special în America Latină ecuatorială, Asia de Sud, Maldive, și Africa. Cafeaua verde (neprăjită) este una dintre produsele agricole cele mai tranzacționate din lume. Cafeaua este ușor acidă (pH 5.0 – 5.1) și poate avea un efect de stimulare la oameni din cauza conținutului său de cafeină. Este una dintre băuturile cele mai consumate din lume.

Efectul energizant al cafelei naturale a fost descoperit probabil pentru prima dată în regiunea nord-est a Etiopiei. Cafeaua a fost cultivată pentru prima dată în sudul Arabiei. Cele mai vechi dovezi credibile de băuturi pe bază de cafea datează de la mijlocul secolului al 15-lea în altarele Sufi din Yemen.

În Africa de Est și Yemen cafeaua a fost folosită în ceremoniile religioase autohtone, în concurență cu Biserica creștină. Ca urmare, Biserica etiopiană a interzis consumul de consum secular până la domnia împăratului Menelik al II-lea al Etiopiei. Băutura a fost, de asemenea, interzisă în Imperiul Otoman în secolul 17, din motive politice, și a fost asociată cu activități politice rebele din Europa.

Boabe de cafea, care conțin semințe de cafea, sunt produse de mai multe specii ale unui mic arbust peren din genul *arborelui de cafea*. Două dintre cele mai frecvent cultivate sunt, de asemenea, cele

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

mai apreciate, *cafeaua arabică*, și varianta “robusta”, a plantei mai rezistente *Coffea canephora*. Aceasta din urmă este rezistentă la boala rugina frunzelor (*Hemileia vastatrix*). Odată coapte, fructele de cafea sunt culese, prelucrate și uscate. Semințele sunt apoi prăjite la temperaturi diferite, în funcție de aroma dorită, înainte de a fi măcinate și preparate pentru cafea. Cafeaua poate fi preparată și prezentată într-o varietate de moduri.

Marfă de export importantă, cafeaua a fost cel mai important produs de export agricol pentru douăsprezece țări în 2004, și al șaptelea cel mai important export agricol legal ca valoare în 2005. Există unele controverse privind impactul cultivării cafelei asupra mediului. Prin urmare, cafeaua produsă cu ajutorul unor substanțe chimice sintetice (cafeaua organică) este o piață în continuă expansiune.

Există multe studii care au cercetat efectele cafelei asupra sănătății, și dacă efectele globale ale consumului de cafea sunt pozitive sau negative, subiectul fiind foarte disputat. Majoritatea cercetărilor recente sugerează că un consum moderat de cafea este benign sau ușor benefic la adulții sănătoși. Cu toate acestea, cafeaua poate agrava anumite simptome, cum ar fi anxietatea, în mare parte datorită conținutului de cofeină și diterpen.

Etimologie



(Boabe de cafea, Sursa: Isai Symens, https://en.wikipedia.org/wiki/File:Coffee_beans_unroasted.jpg, CC Attribution-Share Alike 4.0 International license)

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

Prima referire la cafea în limba engleză a fost sub forma *chaona*, în 1598, practic a fost o greșeală de tipar a cuvântului *chaoua*, echivalentul în ortografia din acea perioadă a cuvântului *chaova*. Atât acest termen cât și cuvântul "*cafea*" derivă din cuvântul din limba turcă otomană *kahve*, via cuvântul italian *caffè*.

Cuvântul arab *qahwah* pare a fi la origine, cu referire în mod tradițional la un tip de vin, a cărui etimologie este dată de lexicografii arabi ca derivând din verbul *qahiya* (قهى), "a ține de foame", referindu-se la reputația băuturii ca un inhibitor al apetitului. Alții consideră că originea este rădăcina semita proto-centrală q-h-h care înseamnă "întunecat".

În mod alternativ, cuvântul *khat*, o plantă utilizată pe scară largă ca stimulent în Yemen și Etiopia înainte de a fi înlocuită de cafea, a fost sugerat ca o posibilă origine, sau cuvântul arab *quwwah* (însemnând "putere"). Cuvântul poate proveni, de asemenea, din Regatul Kaffa din Etiopia de sud-est, unde cafeaua arabică crește în sălbăticie, dar acest lucru este considerat mai puțin probabil; în limba locală kaffa, planta de cafea este numită, de fapt, "bunno".

Istorie

Legende



(Mocha, Yemen în a doua jumătate a secolului al XVII-lea)

Conform legendei, se crede că strămoșii populației oromo de astăzi, într-o regiune din Kaffa, Etiopia, au fost primii care au recunoscut efectul energizant al plantei de cafea, deși nu s-a găsit nicio dovadă directă care să indice unde anume în Africa creștea cafeaua sau care dintre populațiile indigene ar fi folosit-o ca stimulent sau chiar ar fi știut de aceasta, mai devreme de secolul al 17-lea. Povestea lui Kaldi, cu păstorul de capre etiopian din secolul al 9-lea care a descoperit cafeaua

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

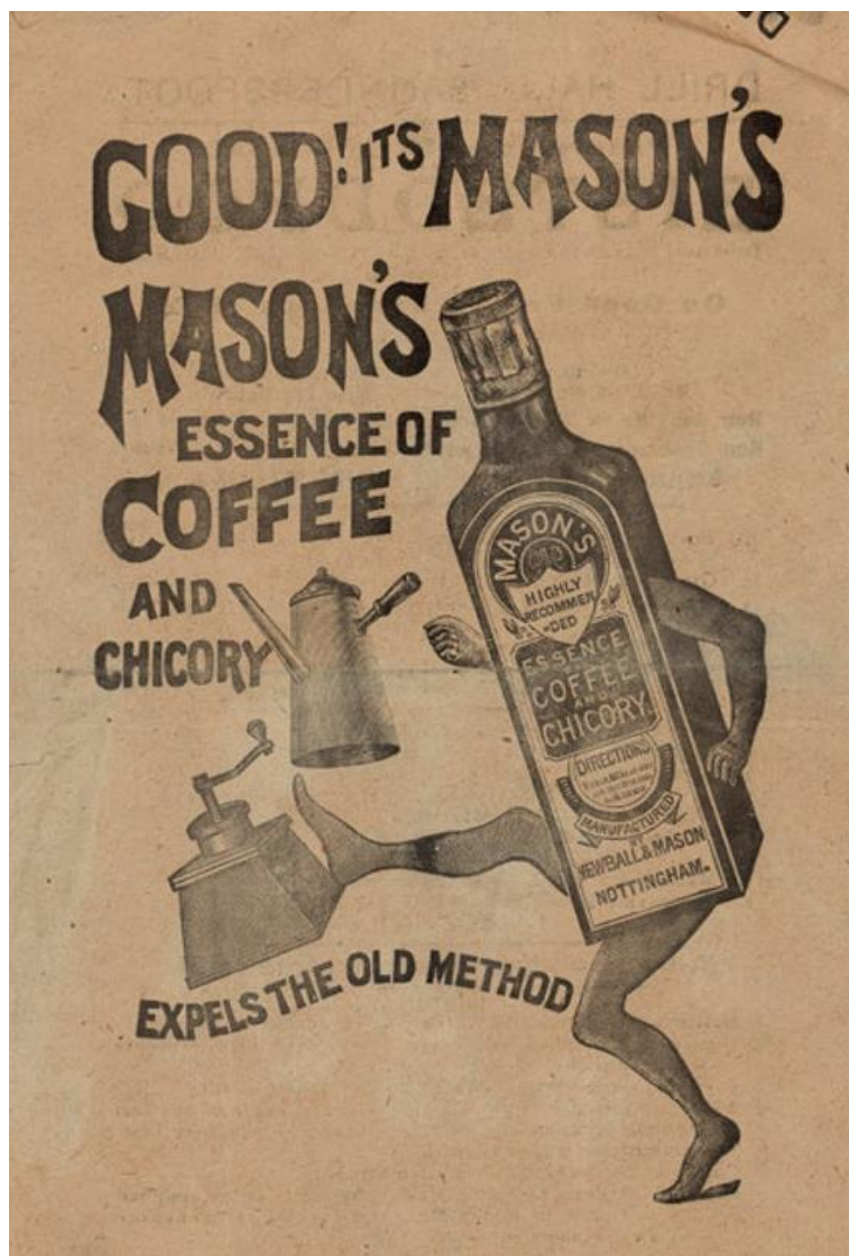
când a observat cât de entuziasmata deveneau caprele sale după ce mâncau boabele de cafea dintr-o plantă, nu a fost prezentă în scris până la 1671 și este, probabil, un apocrif.

Alte povești atribuie descoperirea cafelei Șeicului Omar. Potrivit cronicii antice (păstrată în manuscrisul Abd-Al-Kadir), Omar, care era cunoscut pentru abilitatea sa de a vindeca pe cei bolnavi prin rugăciune, a fost odată exilat din Mocha în Yemen într-o peșteră pustie aproape de Ousab (în prezent Wusab, la aproximativ 90 km est de Zabid). Înfometat, Omar a mestecat boabele boscheților din apropiere, dar erau amare. A încercat să prăjească semințele pentru a îmbunătăți aroma, dar s-au întărit. Apoi a încercat să le fiarbă pentru a înmuia sămânța, obținând un lichid maro parfumat. După ce a băut lichidul Omar a fost revitalizat și a trăit așa zile întregi. Când poveștile despre această "plantă miraculoasă" a ajuns la Mocha, Omar a fost rugat să se întoarcă și a fost făcut sfânt. Din Etiopia, planta de cafea a fost introdusă în lumea arabă prin Egipt și Yemen.



(Pe ușa unei cafenele din Leipzig există o reprezentare sculpturală a unui bărbat în caftan, primind o ceașcă de cafea de la un băiat, Sursa: Syntax, https://en.wikipedia.org/wiki/File:Leipzig_coffeebaum_815.jpg, CC Attribution 2.5 Generic license)

Dovezile istorice



(O reclamă de la finele secolului al 19-lea pentru esența de cafea)

Cele mai vechi dovezi credibile despre băutorii de cafea sau cunoașterea arborelui de cafea sunt din mijlocul secolului al 15-lea în povestirile lui Ahmed al-Ghaffar din Yemen. În Arabia au fost prăjite și preparate pentru prima dată semințele de cafea, într-un mod similar cu modul în care acestea sunt preparate în prezent. Cafeaua a fost folosită de practicanții sufismului pentru a rămâne treji în timpul ritualurilor lor religioase. Poveștile diferă în ceea ce privește originea cafelei (a semințelor) înainte de apariția sa în Yemen. O poveste îl creditează pe Muhammad ben Said că ar fi adus băutura la Aden de pe coasta africană. Alte povești timpurii spun că Ali ben Omar al ordinului sufi Shadhili a fost primul care a introdus cafeaua în Arabia. Potrivit lui al Shardi, Ali

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

ben Omar ar fi descoperit cafeaua în timpul șederii sale la regele Adal Sadadin în 1401. Celebrul savant islamic Ibn Hajar al-Haytami din secolul al 16-lea vorbea în scrierile sale despre o băutură numită *qahwa* preparată dintr-un copac în regiunea Zeila.

Până în secolul al 16-lea, aceasta a ajuns și în celelalte zone din Orientul Mijlociu, Persia, Turcia și nordul Africii. Prima cafea de contrabandă din Orientul Mijlociu a fost adusă de de sufistul Baba Budan din Yemen în India, în 1670. Până atunci, toată cafeaua exportată era fiartă sau sterilizată în alt mod. Povestirile despre Baba Budan spun că ar fi introdus ilegal șapte semințe de cafea, fixându-le la piept. Primele plante cultivate din aceste semințe de contrabandă au fost plantate în Mysore. Cafeaua apoi s-a răspândit în Italia, și în restul Europei, în Indonezia, și în cele două Americi.

În 1583, Leonhard Rauwolf, un medic german, a oferit această descriere a cafelei, după întoarcerea sa dintr-o călătorie de zece ani în Orientul Apropiat:

”O băutură neagră ca cerneala, utilă împotriva numeroaselor boli, în special cele ale stomacului. Se consumă dimineața, direct, într-o ceașcă de porțelan care este trecută pe la fiecare și din care fiecare bea o gură. Aceasta este compusă din apă și fructele unui tufiș numit bunnu.”

- *Léonard Rauwolf, Reise in die Morgenländer*

Din Orientul Mijlociu, cafea s-a răspândit în Italia. Comerțul înfloritor între Veneția și Africa de Nord, Egipt, și Orientul Mijlociu a adus multe bunuri, inclusiv cafeaua, în portul venețian. De la Veneția, a fost introdusă în restul Europei. Cafeaua a devenit mult mai larg acceptată după ce aceasta a fost considerată o băutură creștină de papa Clement al VIII în 1600, în ciuda apelurilor de a interzice "băutura musulmană." Prima cafenea europeană a fost deschisă la Roma în 1645.

Dutch East India Company a fost prima care a importat cafea pe o scară largă. Olandezii, mai târziu, au cultivat cafea în Java și Ceylon. Primele exporturi de cafea din Java indoneziană de către Olanda a avut loc în 1711.

Prin eforturile depuse de British East India Company cafeaua a devenit populară în Anglia. Cafeneaua Queen Lane din Oxford, înființată în 1654, există și astăzi. Cafeaua a fost introdusă în Franța în 1657, iar în Austria și Polonia, după Bătălia de la Viena din 1683, când cafeaua a fost capturată de la turcii învinși.

Atunci când cafeaua a ajuns în America de Nord în timpul perioadei coloniale, nu a avut inițial la fel de mare succes ca în Europa, băuturile alcoolice rămânând mai populare. În timpul războiului revoluționar, cererea de cafea a crescut atât de mult încât a fost nevoie de dealeri care să se ocupe de aprovizionarea limitată cu cafea și astfel prețurile au crescut în mod dramatic; aceasta s-a datorat și disponibilității reduse a ceaiului de la comercianții din Marea Britanie, și unei rezoluții generale prin care americanii trebuiau să evite consumul de ceai după Boston Tea Party din 1773.

După războiul din 1812, în timpul căruia Marea Britanie a tăiat temporar accesul la importurile de ceai, preferința americanilor pentru cafea a crescut. Consumul de cafea a scăzut în Anglia, cedând ceaiului în timpul secolului al 18-lea. Cea din urmă băutura a fost mai simplu de preparat, și a

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

devenit mai ieftină odată cu cucerirea britanică a Indiei și a industriei de ceai de acolo. În epoca lui Sail, marinari de la bordul navelor Marinei Regale Britanice au substituit cafeaua prin dizolvarea de pâine arsă în apă fierbinte.

4 New York Tribune June 22, 1919

G Washington's COFFEE

Supplied to the boys in the trenches because the Government wanted them to have the best. Now that it is home again, you can have the best.

Fresh coffee whenever you want it — as strong as you want it — or as mild as you want it — and exactly the number of cups you want.

No Waste. Makes delicious iced-coffee.

**MADE IN THE CUP
AT THE TABLE**

**Went to War!
Home Again**

G Washington's
PREPARED COFFEE
MADE IN THE CUP AT THE TABLE
ABSOLUTELY PURE SOLUBLE COFFEE
TRADE MARK REGISTERED

(O reclamă din 1919 pentru Cafeaua Washington. Prima cafea instant a fost inventată de inventatorul George Washington în 1909.)

Francezul Gabriel de Clieu a preluat o fabrică de cafea pe teritoriul francez Martinica în Caraibe, din care descinde o mare parte din cafeaua arabică cultivată în întreaga lume. Cafeaua a prosperat în clima celor două Americi. Cafeaua a fost cultivată și în Saint-Domingue (acum Haiti) din 1734, prin 1788 furnizând jumătate din cafeaua din toată lumea. Condițiile în care sclavii au lucrat pe plantațiile de cafea a fost unul din motivele Revoluției din Haiti. Industria cafelei nu și-a mai

revenit apoi complet în Haiti. A avut o scurtă revenire în 1949, când Haiti a ajuns al treilea cel mai mare exportator de cafea din lume, dar a căzut apoi repede.

Între timp, cafeaua a fost introdusă în Brazilia în 1727, cu toate că cultivarea ei nu a fost impulsivă până la independența din 1822. După aceasta întinderi masive de păduri tropicale au fost eliminate pentru plantațiile de cafea, mai întâi în apropierea lui Rio de Janeiro și mai târziu São Paulo. Industria braziliană a variat de la niciun export de cafea în 1800, la producător regional semnificativ în 1830, ajungând cel mai mare producător din lume prin 1852. Între 1910-20 Brazilia a exportat în jur de 70% din cafeaua din toată lumea, Columbia, Guatemala, și Venezuela, exportau jumătate din restul de 30%, iar producția în lumea veche a reprezentat mai puțin de 5% din exporturile mondiale.

Cultivarea a fost preluată de mai multe țări din America Centrală, în a doua jumătate a secolului al 19-lea, și aproape toate au implicat deplasarea și exploatarea pe scară largă a oamenilor indigeni. Condițiile vitrege au dus la mai multe revolte, lovituri de stat și suprimarea sângeroasă a țăranilor. Excepția notabilă a fost Costa Rica, unde lipsa de forță de muncă pregătită a împiedicat formarea unor ferme de mari dimensiuni. Fermele mai mici și condiții mai egalitariste au ameliorat neliniștile de-a lungul secolelor 19 și 20.

Creșterea rapidă a producției de cafea din America de Sud în a doua jumătate a secolului al 19-lea a fost însoțită de o creștere a consumului în țările dezvoltate, deși nicăieri această creștere nu a fost la fel de mare ca în Statele Unite, unde rata ridicată de creștere a populației a fost multiplicată de dublarea consumului pe cap de locuitor între 1860 și 1920. Deși Statele Unite nu a fost cea mai mare națiune băutoare de cafea în acea perioadă (țările nordice, Belgia, și Olanda au avut niveluri comparabile sau mai mari de consum pe cap de locuitor), din cauza dimensiunii sale era deja cel mai mare consumator de cafea din lume prin 1860, iar în anul 1920 aproximativ jumătate din toată cafeaua produsă la nivel mondial a fost consumat în SUA.

Cafeaua a devenit o cultură de vitală pentru buget în multe țări în curs de dezvoltare. Peste o sută de milioane de oameni din țările în curs de dezvoltare au devenit dependenți de cafea ca sursă principală de venit. Ea a devenit exportul primar și coloana vertebrală pentru țări africane precum Uganda, Burundi, Rwanda, și Etiopia, precum și multe țări din America Centrală.

Planta de cafea

Mai multe specii de arbuști de cafea produc boabele de cafea din care este extrasă cafeaua. Există două specii principale cultivate comercial, cafeaua robusta și cafeaua arabică. Speciile cele mai apreciate de cafea arabică sunt originare din sud-vestul regiunilor muntoase din Etiopia și Podișul Boma, în sud-estul Sudanului, și, eventual, Muntele Marsabit din nordul Kenyei. Cafeaua robusta este originară din vestul și centrul Africii subsahariene, din Guinea, Uganda, și sudul Sudanului. Specii mai puțin cunoscute sunt cafeaua liberica, stenophylla, mauritiana, și racemosa.

Toate plantele de cafea se încadrează în marea familie Rubiaceae. Aceștia sunt arbuști veșnic verzi sau arbori mici, care pot crește până la 5 m înălțime când sunt tăiați. Frunzele sunt de culoare verde închis și lucios, și au de obicei 10-15 cm în lungime și 6 cm în lățime. Florile sunt axilare, cu

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

clustere de flori albe parfumate care înfloresc simultan și sunt urmate de fructe de pădure ovale de aproximativ 1,5 cm. Verde atunci când încă nu sunt maturizate, ele capătă culoarea galbenă atunci când se coc, și apoi roșu, înainte de a ajunge la culoarea neagră la uscare. Fiecare fruct conține, de obicei două semințe, dar 5-10% din aceste fructe de pădure au o singură sămânță. Fructele cafelei arabica se coc în șase sau opt luni, în timp ce cafeaua robusta are nevoie de până la unsprezece luni.





(Flori de cafea robusta. Sursa: Okkisafire, https://en.wikipedia.org/wiki/File:Coffee_flowers.jpg, CC Attribution-Share Alike 4.0 International licens)

Cafeaua arabica este predominant autogamă, și ca rezultat răsaturile sunt, în general, uniforme și diferă foarte puțin de părinți. In contrast, cafeaua robusta și cafeaua liberica sunt auto-incompatibile și necesită încrucișări. Aceasta înseamnă că formele utile și hibridii trebuiesc înmulțite vegetativ. Butășii, altoirea, și înmugurirea, sunt metodele obișnuite de înmulțire vegetativă. Pe de altă parte, se desfășoară continuu noi experimente în căutarea de potențiale moi tulpini.

Cuprins

- 1 Cafeaua
 - Etimologie
 - Istorie
 - - Legende
 - - Dovezile istorice
 - Planta de cafea
 - Cultivarea cafelei
 - - Efecte ecologice
 - Procesarea cafelei
 - - Torefierea (prăjirea) cafelei
 - - Clasificarea semințelor torefiate
 - - Caracteristicile torefierii
 - - Decafeinizarea
 - - Depozitarea
 - - Prepararea cafelei
 - - Servirea cafelei
 - - Cafeaua instant (“nes”)
 - Vânzare și distribuție
 - - Piața cafelei
 - Efectele asupra sănătății
 - - Mortalitatea
 - - Boala cardiovasculară
 - - Sănătatea mentală
 - - Boala Parkinson
 - - Diabetul de tip II
 - - Cancer
 - Mecanismul de acțiune
 - - Beneficii
 - Conținutul de cafeină din cafea
 - Cafenele
 - Aspecte sociale
 - - Interzicerea cafelei de-a lungul timpului
 - - Comerțul echitabil
 - - Cafeaua în cultura populară
 - - Ziua cafelei
 - 1.1 Istoria cafelei
 - - Etimologie
 - - Prima utilizare
 - - Istorie
 - - - Europa
 - - - - Austria

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- Anglia
- Franța
- Germania
- Olanda
- America Latină
- Asia
- India
- Chikmagalur
- Japonia
- Coreea de Sud
- Indonezia
- Filipine
- 1.2 Boabele de cafea
- Istorie
- Procesare
- Distribuția
- Compoziția
- Alcaloizi ne-volatili
- Proteine și aminoacizi
- Carbohidrați
- Lipide
- Acizi clorogeni nonvolatili
- Compuși volatili
- 1.3 Efectele cafeinei asupra sănătății
- Efectele pozitive
- Efectele negative
- Proprietăți chimice
- Toxicitatea și intoxicația
- Efecte asupra diferitelor funcții
- Relația dintre cafeină și adenozină
- Cum elimină cafeina starea de somnolență
- Efecte pe termen scurt
- Cardiovascular
- Riscuri gastro-intestinale
- Creșterea urinării
- Exerciții
- Efecte psihologice
- Recomandări
- La adulți
- La femeile gravide
- La copii
- Efectul combinării alcoolului cu cafeina
- 1.3.1 Este cafeaua sănătoasă?
- 1.3.2 Detoxifierea cu cafea

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- - Efecte și riscuri
- 2 Varietăți de cafea
 - Terminologie
 - Istorie
 - Criterii de selecție
 - Varietăți și soiuri de cafea arabica
 - Soiurile robusta
 - Alte soiuri
 - 2.1 Cafea arabica
 - - Biologie
 - - Distribuția și habitat
 - - Cultivarea și utilizarea
 - - Istorie
 - - Taxonomie
 - - Tulpinile
 - 2.2 Cafea robusta
- 3. Producția cafelei
 - Culesul
 - - Cules mecanic
 - - Cules selectiv
 - Prelucrarea cafelei
 - - Procedeu umed
 - - Procedeu uscat
 - - Procedeu semi-uscat
 - Sortarea
 - - Decorticare
 - - Șlefuirea
 - - Curățare și sortare
 - - Clasificarea
 - Alte etape
 - - Îmbătrânirea
 - - Decofeinizarea
 - Depozitare
 - Prăjirea
 - 3.1 Industria cafelei
 - - Producția mondială
 - - Consumul
 - - Prețul
 - 3.2 Stocarea boabelor de cafea
 - - Cafeaua verde
 - - Cafeaua prăjită
 - - Stocarea acasă
- 4. Prepararea cafelei
 - Prăjirea

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- Măcinarea
 - - Măcinare prin zdrobire
 - - Măcinare prin tocare
 - - Măcinare prin pisare
 - - Măcinarea cu role
- Prepararea băuturii de cafea
 - - Fierbere
 - - Înmuiere în apă
 - - Metode de filtrare
 - - Sub presiune
- Extracția
- Prezentare
 - - Băuturi calde
 - - - Pe bază de espresso, fără lapte
- 4.1 Prăjirea cafelei
 - - Istorie
 - - Procesul
 - - Echipament
 - - Prăjiri
 - - - Savoare
 - - Prăjirea la domiciliu
 - - Ambalare
 - - Emisii și control
- 4.2 Cafea instant
 - - Istorie
 - - Utilizare
 - - Fabricarea
 - - - Uscarea prin înghețare (liofilizare)
 - - - Uscarea prin pulverizare
 - - Decofeinizarea
 - - Compoziție
 - - Efectele asupra sănătății
 - - Context de reglementare
 - - Utilizare non-alimentară
- 4.3 Espresso
 - - Preparare
 - - Prăjirea cafelei pentru espresso
 - - Popularitate
- 4.4 Café au lait
 - - Europa
 - - Statele Unite ale Americii
- 4.5 Caffè macchiato
 - - Istorie
 - - Tendințe

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- 4.6 Cafea cu conținut mic de cofeină
 - Decofeinizarea
 - Riscurile cofeinei
 - Cafea cu conținut mic de cofeină în mod natural
- 4.7 Sfaturi practice
 - Sfaturi practice pentru o cafea perfectă
 - 9 sfaturi pentru o cafea perfectă
 - 8 sfaturi pentru o cafea mai bună
- 4.8 Utilizări ale zațului de cafea
- 5. Rețete
 - 5.1 Cafea
 - Cappuccino Cooler
 - Ingrediente
 - Preparare
 - Café frappé
 - Cafea cu mentă
 - Cafea condimentată
 - Ingrediente
 - Preparare
 - Cafea cu nutella
 - Ingrediente
 - Preparare
 - Cafea Mocha rece cu nucă de cocos
 - Ingrediente:
 - Preparare:
 - Cafea cu unt
 - Preparare:
 - 5.2 Deserturi
 - Café liégeois
 - Istorie
 - Preparare
 - Boabe de cafea acoperite cu ciocolată
 - Jeleu de cafea
 - Descriere
 - Sos de cafea
 - Utilizări
 - Prăjitura Tiramisu cu cafea
 - Caracteristicile originale
 - Rețeta
 - 5.3 Cocktailuri
 - B-52
 - Istorie
 - Preparare
 - B-52 flambat

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- - - Variante ale băuturii
- - Baby Guinness
- - - Preparare
- - - Variații
- - Black Russian
- - - Variații
- - Espresso Martini
- - - Origine
- - - Asociația Internațională a Barmanilor
- - Ghidul lui Difford
- - - Rețeta
- - - - Preparare
- - Blow Job
- - Orange Tundra
- - - Rețeta tipică
- - White Russian
- - - Etimologie
- - - Preparare
- - - Variații
- 6. Aspecte culturale
- Cafeaua în media
- Cafenele
- Aspecte sociale ale cafelei
- Pauza de cafea
- 6.1 Ceașca de cafea
- - În cafenele
- - - Gibraltar sau Cortado
- - - Demitasse
- - - Cappuccino
- - - Cafe Drinkware
- - Căni
- 6.2 Degustarea cafelei
- - Aromele cafelei
- - Gust
- - Textura (senzația în gură)
- - Echipamentul tradițional
- 6.3 Latte art
- - Chimia
- - Tehnica
- - Stiluri
- - - Turnare liberă
- - - Gravura
- - Variante
- 6.4 Cafenele

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

- - Cafeaua în Europa
- - - Folosirea curentă
- - Cafenelele în SUA
- 6.5 Cafeaua în artă
- - Pictură
- - - Charles André van Loo, Sultăniță cu ceașca de cafea oferită de o sclavă
- - - François Boucher, Cafeaua de dimineață
- 6.6 Citate despre cafea
- Referințe
- Despre autor
- Nicolae Sfetcu
- - De același autor
- - Contact
- Editura
- MultiMedia Publishing

Cartea



Un ghid complet pentru cultivarea și prepararea celor mai variate tipuri de cafea, cu accent pe aspectele culturale și de sănătate, și modalități de includere a cafelei în diverse deserturi și cocktailuri.

Cafeaua este o băutură universal recunoscută ca o necesitate umană. Departe de a fi văzută ca un lux sau privită cu indulgență, ea este considerată un corolar pentru energia și eficiența umană, producând în același timp o puternică senzație de plăcere.

Cafeaua este o băutură democratică. Este în același timp băutura înaltei societăți, dar și a bărbaților și femeilor care muncesc în diverse domenii de activitate, mental, sau fizic. Tocmai de aceea cafeaua a mai fost numită și "lubrifianțul om-mașină cel mai cunoscut", ca și "gustul cel mai plăcut din toată natura."

Dar cafeaua este ceva mai mult decât o băutură. Este unul dintre cei mai importanți adjuvanți alimentari din lume. Există și alte alimente auxiliare, dar niciunul care să exceleze în gust și efecte reconfortante precum cafeaua, efecte datorate în primul rând aromei sale unice. Cafeaua bună, prăjită cu atenție și preparată în mod corespunzător, este o băutură naturală cu un efect tonic

NICOLAE SFETCU: TOTUL DESPRE CAFEA

neegalat de nicio altă băutură naturală. Un stimulent pur, în condiții de siguranță, produs în laboratoarele mamei Natura, și una din bucuriile de seamă al vieții!

MultiMedia Publishing <https://www.telework.ro/ro/e-books/totul-despre-cafea-cultivare-preparare-retete-aspecte-culturale/>

- Digital: EPUB (ISBN 978-606-033-182-7), Kindle (ISBN 978-606-033-181-0), PDF (ISBN 978-606-033-183-4)

- Tipărit (Format B5, 250 x 176 x 10 mm, 367 g, 230 pagini): ISBN 978-606-033-184-1

DOI: 10.58679/TW36375

Despre autor

Nicolae Sfetcu

Asociat și manager MultiMedia SRL și Editura MultiMedia Publishing.

Partener cu MultiMedia în mai multe proiecte de cercetare-dezvoltare la nivel național și european

Coordonator de proiect European Teleworking Development Romania (ETD)

Membru al Clubului Rotary București Atheneum

Cofondator și fost președinte al Filialei Mehedinți al Asociației Române pentru Industrie Electronica și Software Oltenia

Inițiator, cofondator și președinte al Asociației Române pentru Teleducare și Teleactivități

Membru al Internet Society

Cofondator și fost președinte al Filialei Mehedinți a Asociației Generale a Inginerilor din România

Inginer fizician - Licențiat în fizică, specialitatea Fizică nucleară. Master în Filosofie.

Contact

Email: nicolae@sfetcu.com

Facebook/Messenger: <https://www.facebook.com/nicolae.sfetcu>

Twitter: <http://twitter.com/nicolae>

LinkedIn: <http://www.linkedin.com/in/nicolaesfetcu>

YouTube: <https://www.youtube.com/c/NicolaeSfetcu>

Editura

MultiMedia Publishing

*web design, comerț electronic, alte aplicații web * internet marketing, seo, publicitate online, branding * localizare software, traduceri engleză și franceză * articole, tehnoredactare computerizată, secretariat * prezentare powerpoint, word, pdf, editare imagini, audio, video * conversie, editare și publicare cărți tipărite și electronice, isbn*

Tel./ WhatsApp: 0040 745 526 896

Email: office@multimedia.com.ro

MultiMedia: <http://www.multimedia.com.ro/>

Online Media: <https://www.telework.ro/>

Facebook: <https://www.facebook.com/multimedia.srl/>

Twitter: <http://twitter.com/multimedia>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/multimedia-srl/>