

CoffeeLetter

“O café deve ser negro como o diabo,
quente como o inferno, doce como o amor
e puro como um anjo.”

Tayllerand



Nº 1, Dezembro 2011

Índice

- Página 2 **EM DESTAQUE**
História do Café
- Página 4 **INOVAÇÃO**
Kopi Luwak: O café mais caro do mundo
- Página 5 **O CAFÉ NA COZINHA**
Bife à Café
Troupas de Mascarpone
- Página 6 **COCKTAILS E BEBIDAS**
Irish Coffee

O Café

Escuro ou claro, “pingado” ou à “italiana”, “expresso” ou “*capuccino*”, puro ou com leite, seja de que forma for, o café é um dos hábitos mais enraizados na nossa cultura.

Guardado a “sete chaves”, odiado, amado, visto como veículo do demónio e simultaneamente como criação divina, o café é, sem dúvida, uma bebida à qual não se consegue ficar indiferente.

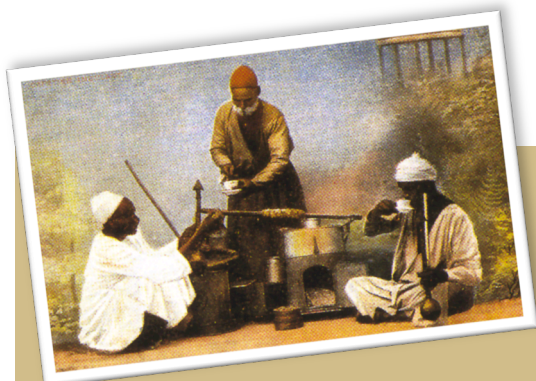
Desde a sua origem na Abissínia, envolta em lendas, até à sua expansão mundo fora, esta pequena planta conheceu séculos de disputa pela sua posse. Os árabes diziam-no seu, os venezianos ensinaram a Europa a bebê-lo, os portugueses, os espanhóis, os holandeses e os franceses carregaram-no nas suas caravelas rumo a novos continentes. Em pouco mais de dois séculos, o café tornou-se património de quase toda a humanidade.

Sandra Azevedo

História do Café

A viagem misteriosa e turbulenta do grão de café, desde o seu berço etíope, através da Arábia e do Médio Oriente, até à Europa e ao Novo Mundo.

Pág. 2



História do Café

Desde a sua migração do Nordeste de África para a Arábia, há muitas centenas de anos, que este grão vital tem tido um papel multifacetado no delinear da história. O café fez a fortuna e a ruína de muitos, oleou as engrenagens da comunicação, inspirou mentes criativas, estimulou os cansados e, para os incontáveis bebedores por todo o mundo tornou-se uma necessidade diária.



A mística atribuída ao café era tal que se conjecturou intensamente sobre o autor, as circunstâncias e a data da invenção desta bebida e a descoberta das suas propriedades. Médicos, advogados, poetas e filósofos, todos tinham as suas teorias de estimação e grande glória foi associada à dita “descoberta”. Em resultado disto, na Arábia medieval e, mais tarde, na Europa do século XVII, as histórias e as lendas abundavam.

Banésio, um escritor dos finais do século XVII, teorizou, num tratado sobre o café, que, uma vez que este era um remédio e que a maioria destes era descoberta por acaso, a descoberta “deste líquido era tanto o resultado de uma experiência fortuita como qualquer um dos outros remédios”.

Banésio continuou, contando a fábula das cabras dançarinas, na qual, um pastor, árabe ou etíope, se queixou ao imã de um mosteiro vizinho que o seu rebanho, “duas ou três vezes por semana, não só ficava acordado toda a noite como

a passava a pular e a dançar de uma maneira invulgar”. O imã, concluindo que os animais deveriam ter comido algo que lhes provocasse tais reacções, foi ao pasto ondes estes dançavam. Encontrou lá umas bagas que cresciam em arbustos e decidiu experimentá-las. Tendo fervido as bagas em água e bebido essa infusão, o imã descobriu que podia ficar acordado toda a noite.

Encorajado por aquilo que tinha sido uma boa experiência, impôs o seu uso diário aos monges, facto que, impedindo-os de dormir, fazia com que cumprissem as orações da noite com maior prontidão e convicção.

Os muçulmanos tinham outra história. Argumentavam que, devido à sua relação especial com a “Providência” e para que tirassem partido de um “líquido tão benéfico”, o arcanjo Gabriel fora enviado a revelar ao profeta Maomé “as virtudes e o modo de preparar o café”.

Uma outra lenda fala do monge maometano Omar, conhecido pela

sua capacidade de curar os doentes pela oração. Exilado da sua cidade natal, Mocha, para uma caverna no deserto, Omar, perto da inanição, mastigou umas bagas que cresciam perto. Decidiu então que as bagas precisavam de ser fervidas para amaciarem. Bebeu o aromático preparado e sentiu-se instantaneamente revitalizado, assim permanecendo por vários dias.

Uma variante da mesma lenda conta que Omar viu uma ave de plumagem maravilhosa numa árvore, entoando uma canção muito harmoniosa. Quando tentou alcançar a ave, encontrou apenas flores e frutos no seu lugar. Encheu o cesto com estes e regressou à gruta, decidido a cozer umas parcas ervas para o jantar. No entanto, em vez disso, cozeu os frutos, obtendo uma saborosa e perfumada bebida.

Finalmente, pacientes de Mocha acorriam à gruta em busca de conselhos médicos. Também eles receberam a bebida e ficaram curados.

Quando as notícias da “cura milagrosa” chegaram a Mocha, Omar foi convidado a regressar, triunfalmente, tendo depois sido declarado santo padroeiro da cidade.



Nunca ninguém pode dizer, com certeza, como e quando a planta foi descoberta. As suas origens permanecem, por isso, envoltas em lendas, nas quais a verdade e a imaginação estão inextricavelmente entrelaçadas.

A planta do café foi da Etiópia para a Arábia, algures entre 575 e 850. Como lá chegou não é claro, embora uma hipótese refira que as sementes poderão ter sido levadas pelas tribos africanas, quando migraram para norte, do Quênia e da Etiópia para a Península Arábica. Acabaram por ser repelidos pelas lanças dos persas, mas deixaram atrás de si cafeeiros, crescendo na região que é actualmente o Iémen.

Da comida à bebida

Os comentários dos primeiros exploradores e dos primeiros botânicos europeus indicam que os etíopes mastigavam grãos de café não torrados, por apreciarem os seus efeitos estimulantes. Também pisavam bagas de café maduras, misturavam-nas com gordura animal e moldavam a pasta resultante em pequenas bolas. Este poderoso cocktail de gordura, cafeína e proteína animal era uma fonte vital de energia concentrada.

Registos antigos mostram ainda

que se fazia um vinho a partir do sumo fermentado das bagas maduras. Esse vinho chamava-se *qahwah* (ou *kahwa*), que significa “aquele que excita e faz elevar os espíritos”, termo que acabou por ser usado tanto para o vinho como para o café. Uma vez que o vinho fora proibido por Maomé, o café ganhou a alcunha de “vinho da arábia”.

Parece também que o café foi utilizado como alimento na Arábia e só mais tarde misturado com água para fazer uma bebida. Por volta do ano 1000, a bebida era ainda uma decocção relativamente grosseira, feita com grãos verdes. Provavelmente, foi apenas por volta do século XIII que se começou a secar os grãos antes de os usar; eram postos ao sol e, uma vez secos, podiam guardar-se por longos períodos de tempo. Depois disso foi um pequeno passo até começarem a ser torrados sobre uma fogueira de carvão.

Primeiros Usos

No início, o café era consumido apenas no decurso de cerimónias religiosas ou por conselho médico. Mas assim que os homens da medicina constataram os efeitos benéficos do café, foram cada vez mais os que o começaram a receitar. O café era usado para tratar uma grande variedade de problemas, incluindo pedras nos rins, gota, varíola, sarampo e tosse.

Descreviam assim a forma de

preparar o café: “O grão é colocado num instrumento de ferro, firmemente fechado com a tampa, e por este instrumento introduzem um espeto pelo meio do qual o voltam no fogo, até que fique bem torrado; depois do que, tendo-o pisado bem até ficar um pó muito fino, se pode fazer uso dele, proporcionalmente ao número de pessoas que o vão beber: a terça parte de uma colher para cada pessoa, e deite-a num

copo de água a ferver, juntando também um pouco de açúcar. Depois de ter fervido um pouco, deve deitá-lo em pires de porcelana, ou de qualquer outro tipo, e deixar bebê-lo aos poucos, o mais quente que se possa suportar”.



Kopi Luwak

Descubra qual o segredo do café mais exótico do mundo

Considerado o café mais caro do mundo, o *Kopi Luwak* (ou *Civet Coffee*) é com certeza também o mais exótico. O nome é fácil, *kopi* em indonésio significa café, e *luwak* é um almiscareiro, ou gato-bravo-de-algália, o animal responsável pelo sabor e raridade deste que é o café mais caro do mundo, muito acima do jamaicano *Blue Mountain*. Verdadeiro filho pródigo da mãe natureza, o almiscareiro, que faz

lembrar uma marta, não só selecciona os bagos, como trata dos grãos a húmido e ainda lhes dá uma breve fermentação. Ou seja, faz tudo aquilo que um café precisa para atingir a excelência.

Para que se perceba bem: depois de comidos os bagos, estes acabam por perder a polpa no estômago do almiscareiro, seguindo os grãos para o intestino, até que são, e à falta de melhor expressão, largados em

cacheo pela plantação. Apanhados, bem lavados, torrados e moídos os grãos, temos um café de aroma intenso, a fazer lembrar terra húmida, e sabor suave, quase achocolatado. O segredo está na reduzida percentagem de proteínas dos grãos, isto segundo um estudo de Massimo Marcone, investigador na Universidade de Guelph, Canadá, que andou a recolher amostras pela Indonésia.

São as proteínas que durante a

Originário da Indonésia, data de cerca de 200 anos atrás.

torra definem o grau de acidez final, e como uma parte delas foi eliminada pelos ácidos gástricos e outra pela flora intestinal do almiscareiro, o resultado é um café suave. Quanto à higiene, Massimo Marcone explica que “a quantidade de bactérias num grão que passou pelo almiscareiro, é cem vezes inferior à de um grão

normal”. As poucas que resistem “são eliminadas durante a lavagem e torra”.

Além da Indonésia, o almiscareiro pode ser encontrado no Quênia, Zaire e China. Tem uma produção limitada de grãos, que anualmente não chega aos 230 quilos. Se desejar experimentar,



pode comprar online, em www.buy-kopi-luwak.com. Um quilo custa cerca de 750 euros.



Bife à Café

Especialidade culinária que imortalizou um dos mais célebres cafés de Lisboa do princípio do século XX, o 'Marrare das Sete Portas'. No Café 'Marrare' reuniam-se os boémios, os aficionados e os marialvas da época. O serviço, exemplar, era feito em recipientes e talheres de prata legítima e, para as iguarias poderem ser mais bem apreciadas, era proibido fumar.



Trouxas de Mascarpone

O Mascarpone é um queijo italiano originário da Lombardia e actualmente difundido por todo o mundo. A sua raiz etimológica deriva do grego *maschera*, que significa 'flor de leite'. Considera-se um queijo fresco, sem maturação e de consumo imediato, produzido a partir do creme de leite. De consistência pastosa, pode ser salgado ou adocicado. Mistura-se bem com frutas e combina em saladas e massas.

O Café na Cozinha

INGREDIENTES:

- ☞ 4 bifos altos com 200 g cada
- ☞ Manteiga
- ☞ Sal
- ☞ Pimenta branca em grão
- ☞ 1 c. (chá) de fécula de batata
- ☞ 3 c. (sopa) de café forte
- ☞ 6 c. (sopa) de leite gordo
- ☞ 1 limão
- ☞ 1 c. (chá) de mostarda

Aloure os bifos dos dois lados numa frigideira de fundo espesso, com 1 c. (sopa) de manteiga, sobre lume vivo. Reduza o lume e tempere a carne com sal e pimenta grosseiramente moída. Retire os bifos da frigideira. Misture, numa tigela, a fécula com o café e o leite. Deite na frigideira e junte 1 c. (sopa) de manteiga. Cozinhe durante dois minutos, mexendo com vara de arame. Tempere com sumo de limão a gosto e mostarda. Junte os bifos e aqueça rapidamente. Sirva com batatas fritas.

INGREDIENTES:

- ☞ 2 ovos
- ☞ 50 g de farinha de trigo
- ☞ 3 dl de leite
- ☞ 5 palitos Champanhe
- ☞ Manteiga
- ☞ 125 g de Mascarpone
- ☞ Nata bem fria
- ☞ Açúcar em pó
- ☞ 1 chávena de café forte

Bata ligeiramente os ovos com a farinha e o leite. Junte os biscoitos triturados na '1-2-3' e misture bem. Cozinhe a massa, aos poucos, numa frigideira antiaderente untada com manteiga, obtendo uma espécie de crepes. Recheie, um a um, com o Mascarpone trabalhado com 2 c. (sopa) de natas e igual porção de açúcar em pó. Forme as trouxas envolvendo o recheio. Bata o café com 1 dl de natas e um pouco de açúcar em pó. Sirva as trouxas regadas com o molho de café.





Nota: Molde as trouxas um pouco antes de servir, para o recheio não amolecer a massa.

Cocktails e Bebidas

Irish Coffee

É uma das receitas de café mais famosas do mundo. Diz a lenda que a bebida surgiu em 1942, no bar do restaurante do aeroporto de Foynes, na Irlanda. O aeroporto, que fazia ligações entre a Irlanda e a América, era utilizado por *flying boats* (aviões que pousam na água), e era regularmente frequentado por personalidades da época. Num determinado dia de mau tempo, um voo regressou ao aeroporto e todos os passageiros ficaram à espera da próxima descolagem. Porém, o dono do restaurante, Joe Sheridan, não deixou ninguém ficar com fome ou sede, principalmente porque era uma região fria, e, portanto, resolveu "aquecer os humores" colocando whisky no café. Sem querer, um passageiro americano questionou "is this brazilian coffee?", "no", respondeu Joe, "that's Irish Coffee". E a partir daí o mundo conheceu o típico café irlandês.

INGREDIENTES:


-  27 ml de whisky irlandês
-  45 ml de café forte quente (expresso, de preferência)
-  18 ml de creme de leite fresco batido ou chantilly
-  1 c. (bar) de açúcar

Esquente uma taça para *Irish Coffee* com água quente. Coloque o açúcar na taça e, em seguida o whisky. Complete com o **café**, deixando espaço para o creme de leite no copo. Mexa bem e deixe o líquido descansar um pouco. Então, vá adicionando o creme de leite, despejando, bem devagar, sobre as "costas" de uma colher aquecida. É indispensável que o creme de leite flutue na superfície do **café**, sem se misturar a ele, deve permanecer como uma fase distinta do corpo da bebida.

(Receita oficial *International Bartenders Association*)

Sandra Azevedo
Consultora & Formadora

 263 272 103

 919 255 729

@ sandraazevedo@academiadocafe.pt

www.academiadocafe.pt