

CoffeeLetter

“Café quente é bom para tudo e para qualquer momento.”

Alexander Kielland



Nº 3, Fevereiro 2012

Índice

- Página 2 **EM DESTAQUE**
Os Mais Selectos
Cafés do Mundo
- Página 7 **INOVAÇÃO**
Big Bags
- Página 8 **O CAFÉ NA COZINHA**
*Ciabatta com Vinagrete de
Café e Creme de Tofu*
*Creme de Café e
Chocolate*
- Página 9 **COCKTAILS E BEBIDAS**
*Café Cappuccino com
Menta*

Os Grãos do Mundo

Milhões de pessoas em todo o mundo iniciam o dia com um café. O cheiro, o sabor e o efeito estimulante da cafeína são conhecidos prazeres associados a esta bebida natural. Pelo que, a nível mundial, o café é uma das exportações mais importantes. Produzido em mais de 50 países em vias de desenvolvimento, ele dá um enorme contributo para o desenvolvimento sócio-económico global e até mesmo para a redução da pobreza. Com cerca de 70% do consumo mundial de café produzido por 25 milhões de pequenos agricultores, representa uma importante fonte de rendimento, responsável por um volume significativo de criação de emprego. Em termos de economia global, o café reveste-se de uma grande importância económica e política, não só para os países importadores, pelo volume de vendas gerado na satisfação de uma procura sustentada em hábitos localmente muito enraizados, como também para o desenvolvimento e melhoria das condições de vida nos países produtores.

Sandra Azevedo

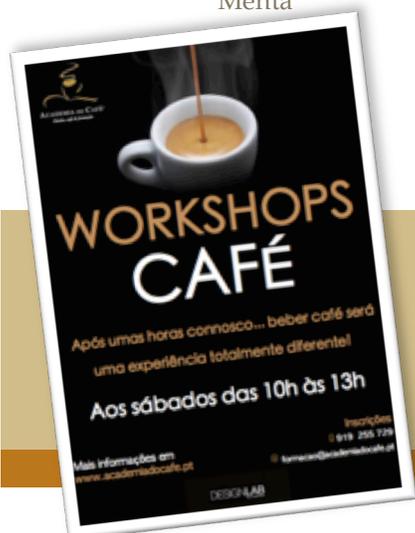
Próximos Eventos

Workshop Café: Um Produto Desconhecido - Módulo Avançado

Lisboa: 3 de Março - Das 10h às 13h

Workshop A Arte de Preparar Café: Formas de Consumo

Lisboa: 24 de Março - Das 10h às 13h



Os Mais Selectos Cafés do Mundo

No último século o cultivo do café tem experimentado um crescimento constante e, a par do petróleo e do trigo, ocupa o topo do ranking dos negócios na exportação de matérias primas. Esta bebida é, depois do petróleo, o produto que dá emprego a mais pessoas, aproximadamente 100 milhões. Somente nos dez principais países produtores, que representam 70% da produção mundial, dedicam-se ao cultivo do café mais de 43 milhões de pessoas.



O café é cultivado em toda a faixa tropical e adaptou-se às mais variadas condições ecológicas. Planta-se cafeeiros em altitudes de poucos metros acima do nível do mar até além de 2.000m (Iémen e Equador), em diversos tipos de solos, sob as mais variadas condições climáticas, e, ainda seguindo os mais diversos métodos de plantio e cultivo.

A espécie *Coffea arabica* (Arábica) encontra-se em 85% dos países cafeicultores, em exclusivo ou juntamente com uma ou duas outras espécies, sendo o continente americano a sua principal região de cultivo.

Quanto à espécie *Coffea canephora* (Robusta), a sua introdução em cultura deve-se principalmente ao facto de ser altamente resistente à ferrugem do cafeeiro. Foi primeiramente cultivada em Java, pelos holandeses, em substituição da *Coffea arabica*, sendo hoje encontrada em todos os continentes produtores, predominando na Ásia e em África, sendo que neste último

predomina em quase 80% do total das plantações.

A espécie *Coffea liberica* (Libérica) é de expressão muito menor do que as outras duas espécies. É cultivada com exclusividade na Guiana Inglesa, sendo ainda encontrada em 17 outros países, nos quais também existem outras espécies, principalmente na Libéria, Malaia e São Tomé.

ÁFRICA

Angola

Embora o robusta não seja uma espécie associada a grande qualidade, é exactamente isso que distingue os melhores robustas angolanos (*Amboim* e *Ambriz*) dos outros países. Os grãos são uniformes em tamanho e cor, bem processados (principalmente pelo método a seco), escolhidos e cuidadosamente classificados. São cultivados em cafezais nas planícies do norte, perto do delta do rio Congo.

Camarões

São conhecidos como produtores

de café robusta, embora cerca de 1/3 da sua safra seja a variedade de arábica *Blue Mountain*, que é cultivada nas regiões vulcânicas ocidentais e principalmente processada por lavagem. Os rebentos de robusta, trazidos do Zaire, são hoje cultivados em todas as províncias, excepto no extremo norte.



Cabo Verde

Os portugueses, que dominaram estas ilhas, desde o século XV até 1975, plantaram cafeeiros de arábica pela primeira vez em 1790. A gradual desertificação das ilhas, devido a várias secas, reduziu a produção de café no solo vulcânico apenas às vertentes mais elevadas, entre 500 e 900m. Não há energia hidroeléctrica e

não é possível qualquer irrigação, pelo que a água é preciosa e escassa; porém, a humidade do nevoeiro, gerado pelos ventos alísios de noroeste, mantém os poucos cafeeiros que restam, os quais também servem como protecção contra o vento e para deter a erosão do solo.

Num bom ano, o café produzido, processado a seco, pode ser suficiente para exportar, principalmente para Portugal.

Congo

A safra, totalmente de robusta, parece ser crescente. Normalmente, o café, de médio a bom, não é classificado por tamanhos (porque os grãos, em geral, são uniformes) mas por número de grãos defeituosos, dos quais o *Extra Prima*, de qualidade máxima, não tem nada.

A qualidade em chávena é a de um robusta de médio a bom, neutro e limpo.

República Democrática do

Congo

O antigo Zaire cultivava robusta, principalmente do tipo *Marchand*, embora a colheita de arábica, que constitui menos de 20% da safra, seja mais interessante para o comércio de café especializado.

Os cafeeiros são cultivados a grande altitude, na região de planaltos montanhosos da província de Kivu. A maioria dos arábicas, processados por lavagem, de bela cor azul-viva ou verde-azulada e aspecto consistente, possuem extraordinariamente poucos defeitos. No seu melhor, os arábicas de Kivu são

caracterizados por um equilíbrio de bom corpo e acidez, sendo o *Maragogipe* um café suave, extremamente agradável.

Infelizmente a safra de café tem diminuído cada vez mais na última década. As plantações maiores são mal cuidadas e os melhores cafés, cultivados numa região assolada por guerras tribais e por traqueomicose (doença causada por fungos que atinge os cafeeiros), têm de ser transportados através de outros países na fronteira interior oriental antes de serem exportados a partir dos portos do Oceano Índico. Os arábicas de Kivu são, portanto, extremamente raros.

Etiópia

Embora seja um país extremamente pobre, com uma infraestrutura destruída pela guerra civil e torturado por graves secas periódicas, a Etiópia é um significativo produtor de café, tanto em quantidade como em qualidade, conseguindo exportar, mesmo assim, alguns dos melhores e mais invulgares cafés do mundo, alguns dos quais com um teor natural de cafeína muito baixo.

As regiões que produzem o melhor café são, geralmente, Sidamo, Kaffa, Harrar e Wellega, mas, dentro de cada uma destas regiões, alguns cafés são, tradicionalmente, naturais (não lavados) e outros lavados. Em geral, os naturais podem ser descritos como tendo um sabor selvagem ou a caça, que não agradam a qualquer pessoa, mas extremamente interessantes,

embora variáveis. Por vezes, outros termos, como limonado, delicado, avinhado, floral e suave, podem aplicar-se a certos cafés etíopes. Na aparência, os grãos são banais e até mesmo repulsivos e, em alguns casos, o processamento é um pouco ao acaso, se não descuidado, resultando numa grande imprevisibilidade. Ainda assim, estes grãos podem representar o melhor que pode haver do sabor a café. Alguns dos cafés etíopes mais conhecidos são o *Djimmah*, o *Ghimbi*, o *Lekempti*, o *Harrar* (bagas conhecidas pelo seu sabor suave e avinhado a moça – nome roubado ao velho porto iemenita de Mocha), o *Limu* e o *Yergacheffe*.

Devido aos seus sabores únicos e maravilhosamente delicados, nunca é bom torrar muito os grãos etíopes. Com efeito, o facto de estarem muito torrados pode significar uma colheita inferior.

Costa do Marfim

A qualidade um tanto mediana e o fornecimento consistente e fiável tornam o robusta da Costa do Marfim atraente para muitos misturadores de café no mundo, embora a França e a Itália comprem grande parte da safra. Um centro de investigação agrícola, perto de Abidjan, desenvolveu recentemente, a arabusta, o híbrido de café mais coroadado de êxito jamais produzido.

Quénia

Mais pela qualidade do que pela quantidade, o arábica queniano, produzido a grande altitude e processado por lavagem, é uma das melhores culturas mundiais.

A gama bastante estreita de sabores é boa e consistente. O café queniano é conhecido pelos seus sabores agudos, frutados, por vezes mesmo a limão ou citrinos, devidos à elevada acidez e pela aparência consistente dos seus grãos (pequenos, redondos e de um azul-esverdeado intenso), sejam eles AA, os mais vulgarmente exportados AB ou os famosos grãos-ervilha quenianos.

Uganda

Segundo maior produtor africano, uma colheita proporciona 93% das receitas de exportação do país. Os robustas são considerados de muito boa qualidade devido às suas características de café encorpado, rico e completo.

AMÉRICA CENTRAL E CARAÍBAS

Costa Rica

O café – sustentáculo agrícola do país – é todo arábica lavado (é socialmente inaceitável mencionar sequer a palavra robusta). Os melhores cafés são, geralmente, os dos arredores da capital, a cidade de San José, e das cidades de Heredia e Alajuela. A região de Tarrazu, a sul de San José, produz alguns cafés soberbos, de requintada acidez e limpidez na chávena. As sacas podem ser designadas pelo nome da região, como *Três Rios de Tarrazu*, *Dota* e *San Marcos* ou do proprietário/propriedade. São cafés de grandes altitudes e com uma acidez aguda e picante (talvez o atributo mais desejável numa chávena de café). É quase sempre muito aromático e o sabor em chávena é limpo e puro.

El Salvador

O país aposta no arábica processado por lavagem para obter 90% das suas receitas de exportação, apesar dos graves ataques de ferrugem do cafeeiro e das pragas. O café Salvador (nome comercial) é cultivado a várias altitudes (todas elevadas) e classificado de acordo com tal. O verde-azulado SHG é o melhor, com o seu sabor ácido, corpo médio a bom, e reflexos doces.

Guatemala

O café guatemalteco varia de região para região, embora o perfil geral de sabor do líquido, de corpo médio a bom, perfeitamente equilibrado, com boa acidez e tons complexos de fumo, especiarias e chocolate, sirva a muitos, se não à maioria.

Perto da capital fica a famosa Guatemala *Antigua*, a velha cidade que dá nome a um dos melhores cafés da Guatemala. Para norte fica outra cidade, *Cobán*, cujo café é sinónimo de altitude elevada, que proporciona uma acidez de grande qualidade. Há inúmeras outras regiões de soberbo café guatemalteco, mas *Huehuetenango*, numa isolada região ocidental, é um nome cada vez mais notado devido à excelente acidez e sabores únicos dos cafés, cultivados, sobretudo, em pequenas explorações.

Haiti

Infelizmente, a calibragem e a classificação do café são processos confusos, sendo as amostras classificadas por tamanho do grão, altitude, qualidade na chávena, grãos defeituosos e

número de pedras incluídas. As velhas árvores, que crescem quase de forma selvagem, produzem, ainda assim, grandes e belos grãos azulados da variedade *typica*, pesados de humidade, que são muitas vezes processados a seco, principalmente por camponeses. Doces e aveludados, estes cafés encorpados e com baixa acidez – em especial os ricos e avinhados grãos SHG lavados – podem ser excelentes, mas nem sempre, assim talvez seja melhor torrá-los meio escuros.

A maioria do café haitiano é biologicamente puro, apenas porque os fertilizantes, pesticidas e fungicidas são demasiado caros para o produtor médio.

Honduras

Como a maioria dos outros países centro-americanos, as Honduras comercializam os seus cafés com a designação das altitudes.

Produzem arábicas lavados, limpos, com boa acidez e sabor, faltando-lhes apenas um pouco de corpo. Em geral, um café de elevada qualidade, talvez não da classe *gourmet*, mas um contributo de valor para misturas.

Jamaica

O *Blue Mountain* jamaicano é apenas um café caribenho de alta qualidade e, como tal, sujeito às mesmas excentricidades que a Mãe-Natureza inflige aos outros cafés das Caraíbas. Uma boa safra produzirá uma chávena de requintado equilíbrio de aroma a nozes, vivo mas sem uma acidez esmagadora, doçura delicada e um acabamento limpo mas com néctar. O corpo pode ser um

pouco fraco, pelo que quem goste de café forte poderá ter de usar mais do que o normal para fazer uma chávena satisfatória.

Nicarágua

Todos os cafés nicaraguenses são arábicas processados por lavagem, cultivados num solo vulcânico rico.

Em condições normais, Matagalpa e a cidade vizinha Jinotega produzem o melhor café nicaraguense, sendo o SHG conhecido pelos seus grãos grandes, acidez levemente salgada, corpo médio a forte e bom aroma. A versão nicaraguense da variedade *Maragogipe* apresenta os maiores grãos de café do mundo, embora o sabor não seja tão universalmente apreciado como o do seu congénere guatemalteco.

Porto Rico

Os *crus* porto-riquenhos, que poderiam ser chamados os cafés mais “poderosos” do mundo, foram sempre conhecidos pelo

seu aroma intenso e sabores fortes, ricos e surpreendentemente doces, totalmente equilibrados por um líquido denso.

AMÉRICA DO SUL

Brasil

O Brasil cultiva tanto arábica como robusta, mas a produção é principalmente da primeira, na sua maioria processada a seco.

Dezassete estados brasileiros cultivam diversas variedades de café, mas há quatro ou cinco regiões que dominam o cultivo do grão exportável. Os grãos brasileiros são identificados, classificados e loteados segundo diversos critérios, sendo o primeiro dos quais o porto de exportação. O estado da Baía, mais a norte, que produz bons arábicas lavados entre os seus cafés, geralmente medianos e processados a seco, assim como pequenas quantidades de *Maragogipe*, exporta o seu café através do porto de São Salvador

da Baía. O estado de Espírito Santo, menor, exporta os seus grãos, bastante medianos, de Vitória. O grande estado de Minas Gerais (o *Sul de Minas* é um excelente café) usa o porto do Rio de Janeiro e, mais a sul, o de Santos, que também é o porto de vários cafés produzidos no estado de São Paulo. Santos exporta o *grão plano de Santos* e o *superior Bourbon Santos*. O porto de café mais a sul no Brasil é o de Paranaguá, do qual o estado do Paraná exporta os seus cafés.

Os arábicas brasileiros, em geral, não estão incluídos nos escalões dos cafés *gourmet* ou dos especiais, mas é claro que existem exceções à regra, e aqueles que excluem automaticamente o Brasil da lista dos produtores mundiais de café *gourmet* nunca terão provado alguns dos melhores cafés *Santos* brasileiros, que podem não ser vulgares ou fáceis de obter, mas que existem.

O melhor café brasileiro vem dos cafeeiros jovens da variedade

Bourbon, cujos grãos, pequenos e redondos, conferem excelentes características em chávena, boa acidez e doçura. Após os cafeeiros de *Bourbon* terem produzido algumas colheitas, os grãos tornam-se maiores e perdem um pouco do seu sabor; o café é então descrito como *grão plano de Santos*.

Colômbia

O café arábica colombiano é cultivado a altitudes entre 800 e 1.200 m, e totalmente colhido à mão - seria extremamente difícil colhê-lo de qualquer outra forma,

já que os cafeeiros, normalmente, estão plantados em terreno montanhoso e íngreme, e ficam à sombra de bananeiras espalhadas entre estes. O clima proporciona bastante humidade, pelo que não é necessária irrigação ou adição de húmus.

A Cordilheira Central é a região mais produtiva, tanto em quantidade como em qualidade, em especial porque produz o conhecido *Medellín*, um dos cafés mais bem equilibrados do país, aliando o peso encorpado a um

bom sabor e acidez média.

À medida que os cafeeiros antigos são removidos, os velhos cultivares de arábica estão a ser substituídos, gradualmente, por outras variedades mais produtivas, como a lucrativa *variedade Colombiana*.

Equador

Cultiva arábica e robusta; os robustas são naturais e os arábicas processados por lavagem ou a seco. Os grandes grãos de arábica (classificados *gigante* ou *Galápagos*) estão cheios de humidade mas

produzem um líquido com menor corpo e de sabor um tanto amadeirado e medíocre, embora o aroma seja bom.

Os cafeeiros estão espalhados por entre as bananeiras e os cacauzeiros, para que estes lhes dêem sombra.

SUL DO PACÍFICO E SUDESTE ASIÁTICO

Havai

O *Kona* havaiano é conhecido por uma acidez suave e “razoável”, corpo médio e bom aroma; o qualificativo “a nozes” é também por vezes aplicado ao seu perfil gustativo. Alguns especialistas detectam no *Kona* um sabor a especiarias, tipo canela.

O modo melhor e mais seguro de beber o *Kona* havaiano é bebericá-lo com os nativos, pois o de melhor qualidade fica em casa.

Índia

40% da colheita indiana é de arábica. A região produtora de arábica na Índia é constituída,

basicamente, por três estados a sudoeste. O *Mysore*, correspondente à maior parte do arábica, é cultivado no actual estado de Karnataka, e pode descrever-se como tendo um bom corpo, baixa acidez, doçura aveludada e um sabor forte e bem equilibrado.

O mais interessante dos arábicas da Índia, tanto em nome como em sabor, é a *Monsooned Malabar*, natural.

Indonésia

Uma descrição geral da maioria dos arábicas indonésios conteria as palavras ricos, encorpados, de baixa acidez e pós-gosto prolongado.

Existem três ilhas principais e uma ou duas menores, que, no seu conjunto, produzem perto de 100% dos cafés indonésios, de arábica e de robusta. A Sumatra, uma ilha maior, mais a oeste, produz 68%. Grande parte da arábica é vendida apenas como *Sumatran* ou *Blue Sumatran*;

muitos dos cafeeiros da ilha são plantados jovens em solo virgem, altamente orgânico e vulcânico, muito fértil, sendo os cafés, que só em parte são processados por lavagem, fortes e enérgicos.

Um dos poucos arábicas lavados é o *gourmet Gayo Mountain*, doce, condimentado e exoticamente herbáceo no carácter, baptizado devido à sua zona de origem, na província de Aceh, no extremo noroeste. Lintong, do norte da Sumatra, é semelhante, mas, no geral, não tão bom em consistência como o *Mandheling*, das regiões norte e centro-ocidental.

O *Mandheling*, com um sabor intenso e rico, e a suavidade de um café de baixa acidez, merece, segundo muitos especialistas, o título de “o café mais pesado”. O *Ankola*, também da região centro-ocidental, pode não ter exactamente o corpo do *Mandheling*, mas é visto por alguns conhecedores como o melhor arábica natural do mundo.

Papua-Nova Guiné

O café da Nova Guiné foi cultivado a partir de um lote da variedade *Blue Mountain*, e os resultados tornam os arábicas lavados deste país bastante diferentes dos outros cafés desta parte do mundo. Embora tenham um corpo e uma doçura de muitos indonésios, possuem também uma maior acidez, mais próxima dos centro-americanos. Em resumo, um bom café da Nova Guiné não necessita de quaisquer adições, podendo ser ainda um

extraordinário contributo para uma mistura de alta qualidade, já que tem literalmente tudo para oferecer.

A escolha e classificação é hoje regular e rigorosa. A classe máxima, *AA*, é muito rara, enquanto cerca de 60% dos grãos formam a vulgar e satisfatória classe *Y*. *Arona*, *Okapa* e *Sigri*, são nomes de cafés de grande qualidade.

Vietname

Como de costume, os franceses introduziram primeiramente o

cultivo do café nas suas colónias da Indochina, mas, quando a maior parte do arábica sucumbiu à ferrugem, foi substituída por robusta de qualidade bastante vulgar. Os cafeeiros crescem a grandes altitudes, suportando as chuvas tropicais, e originando um café de sabor intenso e de corpo desenvolvido.

Em 1980, o Vietname ocupava o 42º lugar na produção mundial de café. É hoje o 2º maior produtor mundial, logo a seguir ao Brasil, e o maior produtor de robusta.



Big Bags

Indústria brasileira do café investe em novas embalagens para transporte do grão

Até chegar ao consumidor final, o café percorre um longo caminho na cadeia produtiva e, nesse processo, pode perder gradativamente as suas características. As condições ambientais – humidade, nível de oxigénio e temperatura de armazenagem – podem afectar a qualidade do grão, facilitar o desenvolvimento de fungos e até alterar o aroma e o sabor. Para evitar prejuízos, alguns produtores estão a investir na

criação de novas embalagens para proteger o café verde durante a armazenagem e o transporte.

Tradicionalmente utiliza-se a saca de juta, com capacidade para 60 quilos, para acondicionar os grãos em armazém, ou durante o transporte em camiões e contentores. Ela é produzida com fibra natural extraída de duas espécies vegetais, juta e malva, produzidas por famílias de ribeirinhos no Pará e no

Amazonas. “A trama da saca, que apresenta pequenas aberturas, funciona como um regulador de humidade”, explica Flávio Junqueira Smith, director da Companhia Têxtil de Castanhal (CTC), a maior fabricante brasileira do produto. “Se aquece muito e o café começa a perder humidade, a juta absorve; e como possui uma humidade em torno dos 14%, não deixa o grão secar”, explica o executivo, que afirma que a saca de juta não altera as

Para manter a qualidade do produto exportado, empresas apostam em sacas de polipropileno e tecnologias sofisticadas

características originais do café.

Na fazenda Datterra, em Patrocínio (MG), todo o café beneficiado é armazenado em *big bags*, grandes sacos de polipropileno (PP) rígido, cada um com capacidade para 1,2 mil quilos. “Se o café ficar por muito tempo armazenado em sacas, pode acabar por absorver o aroma

e o gosto particulares da juta”, sustenta Andreza Mazarão, executiva da Datterra. A empresa também utiliza outros dois tipos de embalagem para o transporte do café: a saca de polipropileno (PP) de 60 quilos e a Penta Pack.

A Penta Pack é uma embalagem mais sofisticada, destinada ao mercado de cafés especiais.

Composta por uma caixa de cartão que contém dois sacos laminados, fechados a vácuo, e com gases inertes. Suporta até 25 quilos e tem como objectivo preservar as características do grão por até dois anos, e eliminar a possibilidade de desenvolvimento de fungos. Tem, no entanto um custo mais elevado (R\$ 15).

O Café na Cozinha



Ciabatta com Vinagrete de Café e Creme de Tofu

O Tofu é um alimento produzido a partir da soja. Tem uma textura firme parecida com a do queijo, sabor delicado, cor branca cremosa e apresenta-se sob a forma de um cubo branco. Pode ser comido cru, frito, cozido em sopas ou em molhos, cozido a vapor, recheado com diferentes ingredientes, ou fermentado como os pickles.



Creme de Café e Chocolate

O Chocolate é um alimento feito com base na amêndoa fermentada e torrada do cacau. No início da colonização da América o chocolate era consumido pelos nativos na forma de uma bebida quente e amarga. Os europeus passaram a adoçar e a misturar especiarias para adequá-lo ao seu gosto. Actualmente é encontrado em diferentes formas que vão desde o sólido ao líquido.

INGREDIENTES:

Para o Vinagrete de Café

- ☞ 2 chávenas (chá) de tomate cereja
- ☞ 1 cebola picada e sal q.b.
- ☞ 1 chávena (chá) de pimentão amarelo cortado em cubos pequenos
- ☞ 1 colher (sopa) de salsa picada e 1 colher (sopa) de cebolinho picado
- ☞ ½ chávena (chá) de café
- ☞ ¾ de chávena (chá) de vinagre tinto e 2 colheres (sopa) de molho inglês
- ☞ 1 colher (chá) de açúcar e ¼ de chávena (chá) de azeite

Para o Creme de Tofu

- ☞ 250 g de tofu fresco e sal q.b.
- ☞ 10 folhas de manjeriço e ¼ de chávena (chá) de azeite
- ☞ Sal e orégãos q.b.

Vinagrete de Café: Corte os tomates ao meio e coloque numa tigela. Adicione os restantes ingredientes e deixe marinar por 2 horas no frigorífico.

Creme de Tofu: No liquidificador, bata o tofu com o manjeriço e acrescente o azeite em fio. Caso queira que o creme fique mais firme, adicione mais azeite. Tempere com sal.

Montagem: Abra as *ciabattas* ao meio. Passe uma camada generosa de creme de tofu e por cima disponha o vinagrete reservado. Sirva de seguida.

INGREDIENTES:

- ☞ 200 g de chocolate em tablete e 4 dl de natas
- ☞ 60 g de açúcar e 200 g de queijo mascarpone
- ☞ 1 colher (sopa) de licor de café
- ☞ Chocolate em tablete e grãos de chocolate q.b.

Derreta o chocolate em banho-maria. Bata as natas até ficarem bem firmes, adicione o açúcar e bata mais um pouco. Divida-as em duas porções iguais.

À parte, mexa bem o queijo, envolva-o numa das porções de natas e reserve. À restante porção envolva o chocolate derretido e o **licor de café**. Mexa bem.

Derreta um pouco de chocolate e verta-o em fio sobre as taças para as decorar. Deixe secar.

Preencha depois com os dois preparados, vertendo-os alternadamente para a taça. Sirva bem fresco e decore com grãos de chocolate.

Cocktails e Bebidas

Café Cappuccino com Menta



A menta é uma planta aromática e medicinal. É cultivada principalmente para a extracção de óleo essencial, o mentol. O mentol é utilizado pelas indústrias alimentares, farmacêuticas e indústria do tabaco.

As folhas são usadas na culinária, no preparo de molhos, geleias e como tempero de carnes de cordeiro, batatas, ervilhas ou cenouras e saladas. Contêm vitaminas A, B e C, e minerais, como cálcio, fósforo, ferro e potássio.

INGREDIENTES:

-  1 chávena (chá) de leite
-  2 chávenas (chá) de café forte
-  1 colher (sopa) de chocolate em pó
-  1 colher (sopa) de açúcar
-  Essência de menta
-  Canela em pó q.b.
-  Chantilly q.b.

Numa panela, leva ao lume médio o leite, e antes de começar a ferver retire do lume. Acrescente o **café**, o chocolate e o açúcar. Coloque em canecas e sirva com a essência, a canela e o chantilly a gosto.

Sandra Azevedo
Consultora & Formadora

 263 272 103

 919 255 729

@ sandraazevedo@academiadocafe.pt

www.academiadocafe.pt