

Coffee Letter

“O café é a bebida que desliza para o estômago e põe tudo em movimento.”

Honoré de Balzac

Nº 5, Abril 2012



Índice

- Página 2 **EM DESTAQUE**
Café Descafeinado
- Página 4 **INOVAÇÃO**
iCoffee Machine
- Página 5 **O CAFÉ NA COZINHA**
Camarão Nobre com Café
Pudim de Café e Limão
- Página 6 **COCKTAILS E BEBIDAS**
Batido de Banana e Café



O Expresso Português

A existência de diversos tipos de café, provenientes de pontos distintos do Globo, e os diferentes processos de torra e moagem a que são sujeitos dão origem a uma imensa variedade de cafés, que aliado a diversos tipos de preparação originam cafés com teores de cafeína variáveis.

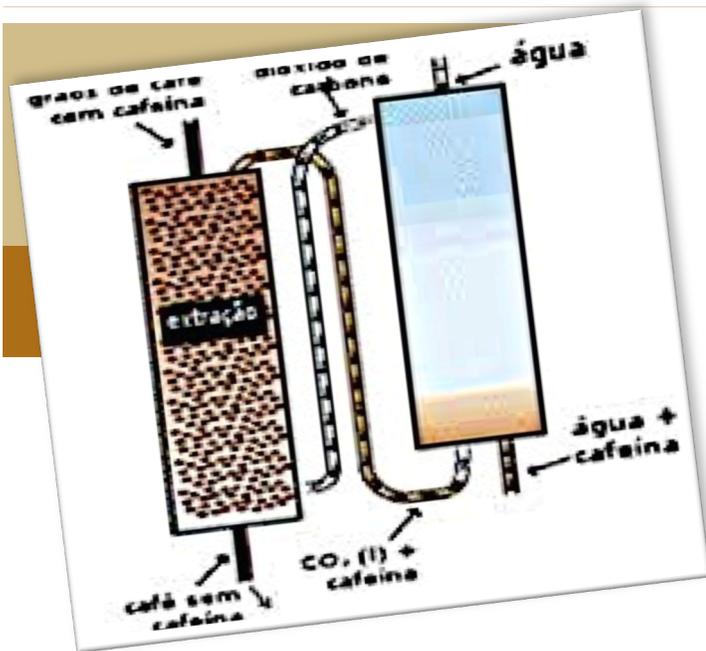
A célebre “bica” é exclusivamente portuguesa e, como tal, tem valores de cafeína distintos dos restantes cafés mundiais.

Ao contrário do que se pensa, os portugueses bebem muito menos café que os seus congéneres europeus. Enquanto nos restantes países europeus o consumo de café ronda 6 quilos por pessoa e por ano, em Portugal são consumidos anualmente 4,1 quilos por pessoa e na Finlândia o consumo atinge cerca de 13 quilos *per capita*. Isto significa que os portugueses bebem menos cerca de 40% de café do que a média europeia e menos 70% do que os finlandeses.

Sandra Azevedo

14 de Abril - Dia Mundial do Café

É a segunda bebida mais consumida em todo o mundo, e por ser tão especial existe um dia dedicado à comemoração da sua existência.



Café Descafeinado

A maioria das pessoas que tomam café descafeinado fazem-no para reduzir o consumo de cafeína, porque a consideram nociva para o organismo, porque lhes altera o sono, ou simplesmente porque as põe nervosas; outras pessoas tomam-no talvez por o considerarem mais suave.

Hoje em dia, contudo, o café descafeinado deixou de ser unicamente a alternativa para as pessoas que são sensíveis à cafeína.

Com as actuais técnicas de extracção e uma cuidada mistura de cafés, temos a possibilidade de tomar café a qualquer hora e sem temer perder o sono, nem nenhum dos prazeres desta excelente bebida.

O café descafeinado pode ser actualmente encontrado no mercado sob três formas: grão, moído e solúvel. Mas em primeiro lugar há que assinalar que o café descafeinado é na realidade uma “invenção” das empresas que se dedicam à comercialização da cafeína pura (ingrediente em conhecidos refrigerantes ou produtos farmacêuticos), com um objectivo: aproveitar esse subproduto resultante do processo de extracção da cafeína do café.

O café é a segunda indústria economicamente mais relevante do mundo, sendo apenas ultrapassada pela indústria petrolífera. Como tal, é um produto de extrema relevância económica, especialmente para os países produtores, quase todos

ainda considerados em desenvolvimento.

Com uma produção mundial de café de cerca de 5,5 milhões de toneladas por ano, estima-se que cerca de 10% do consumo de bebidas à base de café na Europa e nos EUA sejam descafeinadas.

De acordo com a legislação da União Europeia, café descafeinado é café com um teor de cafeína reduzido para 0,1% ou menos nos grãos de café torrado, e para 0,3% ou menos no café solúvel.

O café descafeinado é uma opção disponível aos consumidores que desejam saborear o gosto e o aroma do café sem experimentar os ligeiros efeitos estimulantes da cafeína. Na chávina, a qualidade do café descafeinado é totalmente comparável à do café comum. Na verdade, todas as numerosas origens e variedades de café conservam as suas propriedades específicas de sabor.

Os grãos de café verde são submetidos a processos de

descafeinação em unidades industriais.

Existem quatro métodos de descafeinação, de acordo com a substância utilizada para extrair a cafeína: água, acetato de etilo, dióxido de carbono supercrítico e cloreto de metileno.

Estes quatro métodos de processamento compartilham as etapas básicas:

- Intumescência dos grãos de café verde em água quente ou vapor de água, para disponibilização da cafeína para extracção;
- Extracção da cafeína dos grãos;
- Remoção a vapor de todos os resíduos de solventes dos grãos (quando aplicados) / regeneração dos adsorventes (quando aplicados);
- Secagem dos grãos de café descafeinado, que recuperam o seu teor normal de humidade.

A fase da extracção da cafeína, sob controlo rigoroso das condições do processo como temperatura, pressão e tempo, baseia-se nos mecanismos da fase de transferência física.



Devido à diferença de concentração, a cafeína é transferida, por difusão, da estrutura celular para o solvente que circunda o grão, até ao ponto em que a concentração de cafeína é a mesma dentro e fora do grão.

MÉTODOS DE DESCAFEINAÇÃO

O que realmente distingue os quatro métodos é a escolha da substância usada para a extracção.

Método Hídrico (*Swiss Water Process*)

Quando o café verde é imerso em água quente, a cafeína que ele contém dissolve-se e é removida, mas com isso pode perder-se grande parte do carácter aromático do café. Para superar este problema, o líquido é saturado com os componentes hidrossolúveis do café. Em seguida, a cafeína é removida da solução com a utilização de carbono activado ou outros

adsorventes, que a retêm. Após esta operação o extracto já sem a cafeína pode ser reciclado.

Método do Acetato de Etilo

O café descafeinado com este composto é normalmente referenciado como “descafeinado naturalmente”, uma vez que o acetato de etilo existe em diversos produtos naturais e contribui para o aroma característico de muitos frutos. Também é encontrado, em diversas concentrações, nos alimentos, entre os quais o café verde e torrado.

No processo de descafeinação, utiliza-se uma mistura de água e acetato de etilo. No equipamento utilizado para a extracção, faz-se o acetato de etilo circular em volta dos grãos embebidos em água para extrair a cafeína. Deixa-se então sair do equipamento a mistura de água, acetato de etilo e cafeína. Esta fase é repetida várias vezes, até que o teor residual de cafeína tenha alcançado ou esteja abaixo do nível máximo permitido por lei de 0,1%.

Método do Dióxido de Carbono Supercrítico

O CO₂ é uma substância de grande pureza, que se encontra de imediato no ar que respiramos. Em certas condições, ele permite uma extracção selectiva da cafeína, deixando a maior parte dos demais componentes do grão inalterados.

Foi somente a partir de 1990 que este solvente passou a ser utilizado. A pressões e temperaturas elevadas (acima de 72,8 atm e 304,2 K) a densidade do dióxido de carbono gasoso e

líquido é idêntica, e este torna-se um fluido supercrítico. O fluido dissolve substâncias como um líquido, principalmente substâncias orgânicas, como a cafeína.

O processo de extracção é simples: as pequenas moléculas não polares do CO₂ supercrítico, sob alta pressão, atraem as moléculas de cafeína, dissolvendo cerca de 99% da cafeína presente. É no entanto necessária uma produção em larga escala para que este método seja economicamente viável.

Método do Cloreto de Metileno (Diclorometano)

O diclorometano extrai a cafeína selectivamente e tem um ponto de ebulição baixo. No equipamento utilizado, faz-se o diclorometano circular em volta dos grãos embebidos em água para extrair a cafeína. Deixa-se então sair do equipamento a mistura do diclorometano e cafeína. Esta fase é repetida várias vezes, até que o teor residual de cafeína tenha alcançado ou esteja abaixo do nível máximo permitido por lei de 0,1%. Este processo garante que possíveis resíduos de solvente permanecem abaixo dos limites fixados pela legislação europeia.





iCoffee Machine

A máquina que imprime imagens no café

Enquanto muitas pessoas concordam que preparar uma boa chávena de café é por si só uma arte, muitas outras tentaram e conseguiram encontrar o seu barista interior. No entanto, e infelizmente, *Latte Art* é uma arte difícil que pode levar anos a ser dominada.

A ajuda pode no entanto estar a caminho... se procura tornar-se um maestro em toda a arte de trabalhar o leite no café, mas simplesmente não consegue apanhar o jeito, a Máquina iCoffee pode ser a resposta.

Um designer chinês, Huang Guanglei, misturou uma máquina de café com um dispositivo do iTunes e criou uma máquina que não só faz expressos e *cappuccinos*, mas também, no que diz respeito ao *Latte Art*, leva esta arte a um nível totalmente novo.

A máquina de café iCoffee permite-lhe escolher qualquer desenho que pretenda para o seu café e consegue imprimi-lo na bebida.

Denominada originalmente como *iCoffee Machine*, o aparelho pode ser conectado via Bluetooth a smartphones, permitindo também a impressão de fotos, além dos ícones originalmente registados na máquina, como a mensagem "I love you" e a boneca Hello Kitty.

Por enquanto a máquina é ainda um protótipo mas prevê-se que esteja disponível para comercialização dentro de um ano.



O Café na Cozinha



Camarão Nobre com Café

Agradável ao paladar, o camarão tem propriedades benéficas no combate à artrite e à artrose. Trata-se da glicosamina, uma substância contida no crustáceo eficaz na redução da velocidade do processo de desgaste das articulações, melhorando o estado geral e a qualidade de vida das pessoas com artrose ou doenças relacionadas.



Pudim de Café e Limão

O limão é um fruto sumarento pleno de perfume e sabor. A sua cor pode variar entre o verde e o amarelo. Devem escolher-se de casca fina, reluzente, pesados na mão e sem toques nem mazelas visíveis.

É um excelente antisséptico que combate de uma forma muito eficaz as constipações.

Conhecido como um activador do sistema imunitário, contém uma boa dose de minerais, como potássio, magnésio, cálcio e fósforo.

INGREDIENTES:

- ☞ 700 g de camarões médios limpos
- ☞ 50 g de manteiga
- ☞ Sal e limão
- ☞ 1 cebola grande picada miúda
- ☞ ½ kg de tomates fervidos e batidos no liquidificador
- ☞ ¼ de copo de vinho branco
- ☞ Coentros, salsa e cebolinho q.b.
- ☞ ½ copo de café
- ☞ 180 g de cogumelos
- ☞ 1 requeijão cremoso
- ☞ 2 camarões grandes para enfeitar e 1 tomate para uma flor

Numa panela ou frigideira grande, coloque os camarões temperados com sal e limão. Junte o vinho branco e deixe reduzir o álcool. Coloque o molho de tomate, os coentros e a salsa com o cebolinho, o **café**, os cogumelos, o requeijão cremoso e deixe ferver. Sirva num pirex e enfeite com os camarões grandes e a flor de tomate.

INGREDIENTES:

- ☞ 200 g de açúcar
- ☞ 1 pau de canela
- ☞ 3 cascas de limão
- ☞ 1,5 dl de café forte
- ☞ 5 dl de leite gordo
- ☞ 12 gemas
- ☞ Açúcar caramelizado para a forma

Prepare uma calda em ponto de espadana fervendo o açúcar com 5 dl de água, o pau de canela e as cascas de limão. Deixe amornar, rejeite os aromas e junte o **café**, o leite e as gemas mal batidas. Deite o preparado numa forma barrada com açúcar caramelizado. Coza no forno, em banho-maria. Passados 50 minutos, verifique se o pudim está firme e alourado. Desenforme, deixe arrefecer e sirva às fatias.

Cocktails e Bebidas

Batido de Banana e Café

A banana é talvez a fruta mais popular em todo o mundo ocidental. Para isso muito contribui o facto de poder ser cozinhada ou consumida em cru, ser fácil de descascar, não ter sementes nem caroço, ter sabor e aroma muito agradáveis e ainda excepcional valor nutricional.

Uma só banana fornece 16% da fibra que necessitamos diariamente. Fornece ainda 15% de toda a vitamina C e 11% do total de potássio. Possui ainda algum magnésio, ácido fólico e ferro.

A sua riqueza em minerais e fácil digestão leva muitos desportistas a preferi-la quando as competições se prolongam por várias horas. O potássio presente na banana ajuda a contracção muscular, a transmissão dos impulsos nervosos e a regulação do balanço hídrico.

Por não conter praticamente gordura e proteína, torna-se a companhia ideal do pequeno-almoço. Com leite e cereais constitui uma refeição muito completa, equilibrada e fácil de preparar.



INGREDIENTES:

- ☞ 1 banana pequena
- ☞ 4 colheres (sopa) de leite em pó
- ☞ 1 iogurte de banana
- ☞ 1 colher (sopa) de açúcar em pó
- ☞ **1 colher (sobremesa) de café solúvel**
- ☞ 4 bolas de gelado de baunilha
- ☞ 4 rodela de banana

Descasque e corte a banana às rodela. Deite no copo do liquidificador e junte o leite em pó, 0,5 l de água bem fria, o iogurte, o açúcar e o **café**. Bata todos os ingredientes até obter um creme homogéneo. Guarde no frigorífico durante três horas. Deite em cada copo uma bola de gelado e regue com o batido. Decore com chantilly e rodela de banana.

Sandra Azevedo
Consultora & Formadora

☎ 263 272 103

☎ 919 255 729

@ sandraazevedo@academiadocafe.pt

www.academiadocafe.pt