

# JAK WYPAŁ KAWY WPŁYWA NA JEJ SMAK?

---



## Cześć!

W końcu nadeszła sobota, a wraz z nią nasz kolejny kawowy newsletter! Zaparzyłeś/aś już kubek swojej ulubionej kawy? Jeśli nie, to biegiem do kuchni, bo uwierz nam, z kawą w dłoni o kawie czyta się znacznie przyjemniej. Tak tylko ukradkiem wspomnimy, że jeśli jeszcze nie piłeś/aś nowej Peru Quillabamba, to polecamy na ciężkie poranki! Tyle słowem wstępu, więc lecimy z tematem!

---

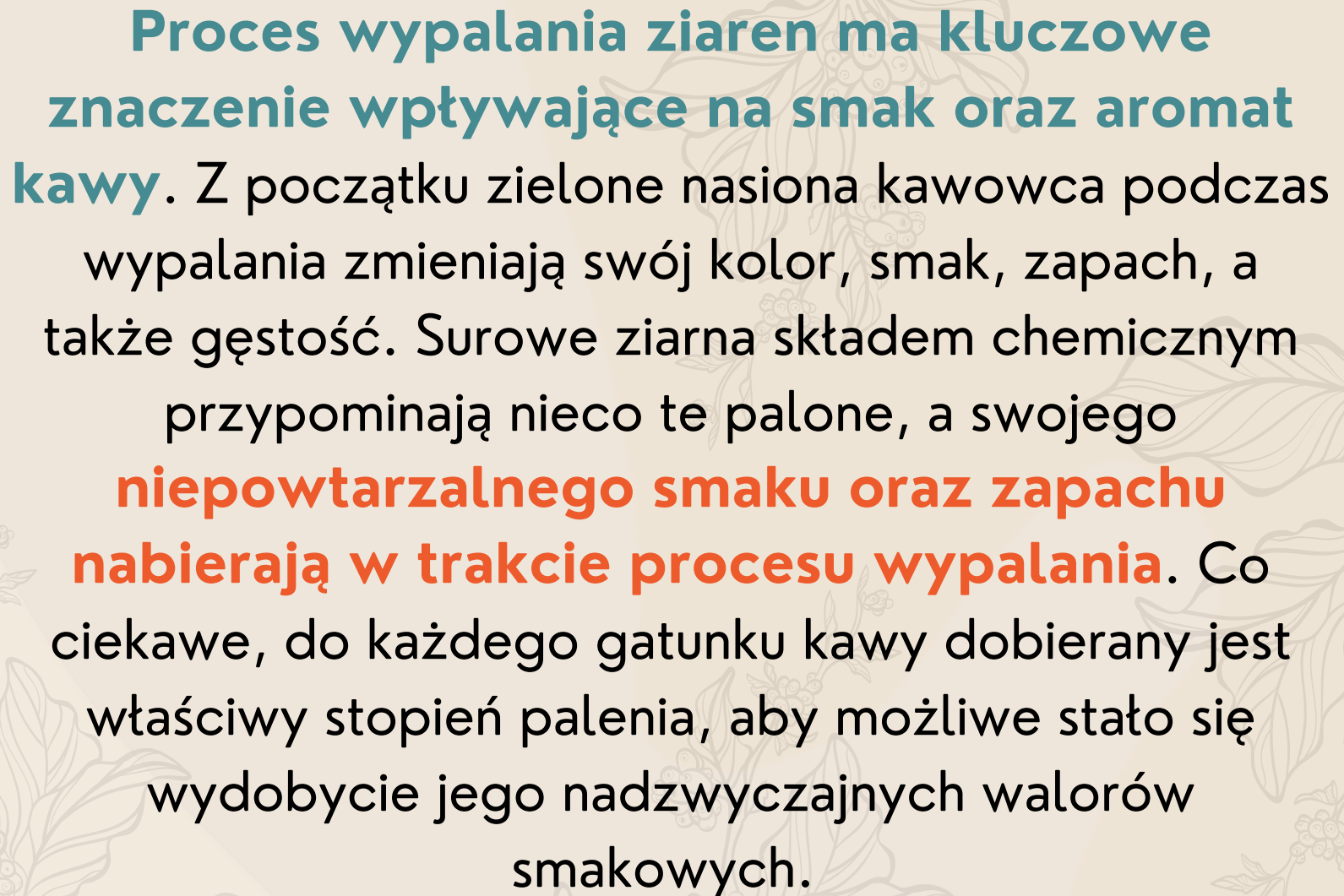
Kawa jest niezwykłym napojem, dla niektórych koniecznością zaraz po przebudzeniu, dla innych rytuałem niemal porównywalnym z degustacją wina. Jej **aromatyczny zapach i doskonały smak** dodają nam energii na cały dzień i sprawiają, że w cudowny sposób możemy delectować się chwilą. Jednak niewielu z nas zastanawia się, od czego zależy **zawartość kofeiny w kawie**, a także jak **profil wypału** wpływa na jej smak. Chcesz się tego dowiedzieć? W takim razie czytaj dalej.



# STOPNIE WYPALENIA KAWY

Ziarna naszej ulubionej kawy od momentu ich zerwania do chwili, w której możemy zaparzyć z nich napój, przechodzą wyjątkowo długą drogę. **Najważniejszym etapem jest wypał ziaren.** Co ciekawe, smak kawy w dużej mierze jest uzależniony właśnie od stopnia wypalenia kawy, dlatego warto się mu bliżej przyjrzeć. To właśnie dzięki niemu napój ma swój wyjątkowy, nietuzinkowy smak, który jest tak przez nas uwielbiany.

Stopnie wypalenia kawy możemy podzielić na kilka etapów, do których zaliczamy **palenie jasne, średnie oraz ciemne.** Odrobina wiedzy na ich temat pozwoli Ci wybrać swoją ulubioną kawę :)



**Proces wypalania ziaren ma kluczowe znaczenie wpływające na smak oraz aromat kawy.** Z początku zielone nasiona kawowca podczas wypalania zmieniają swój kolor, smak, zapach, a także gęstość. Surowe ziarna składem chemicznym przypominają nieco te palone, a swojego **niepowtarzalnego smaku oraz zapachu nabierają w trakcie procesu wypalania.** Co ciekawe, do każdego gatunku kawy dobierany jest właściwy stopień palenia, aby możliwe stało się wydobyć jego nadzwyczajnych walorów smakowych.

# JAK WYGLĄDA PROCES PALENIA KAWY?

Jak wiemy, **smak napoju bezpośrednio wiąże się ze stopniem jej wypalenia**. Zebrane zielone ziarna kawowca w pierwszej kolejności zostają poddane dokładnemu i starannemu oczyszczeniu. Całość przebiega pod czujnym okiem pracowników palarni, którzy w następnej kolejności wrzucają do specjalnego pieca, gdzie przez czas od kilku do kilkunastu minut poddawane są działaniu wysokiej temperatury.





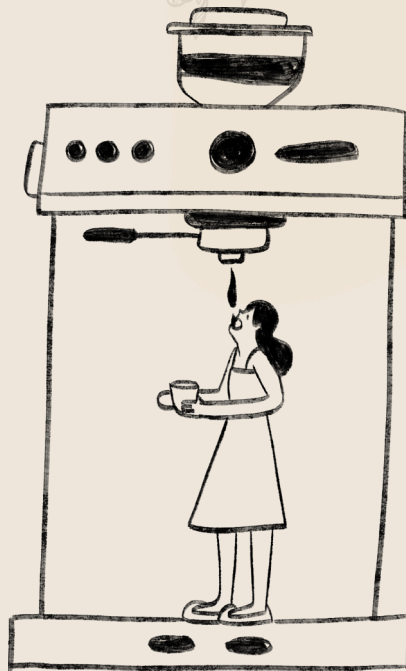
Czas przebywania ziaren w piecu zależy od zamierzonego stopnia ich wypalenia. Dzięki wirowaniu w specjalnym bębnie całość przebiega niezwykle **równomiernie**, a w procesie **karmelizacji** nasiona kawowca nabierają dobrze znanego nam **brązowego koloru oraz subtelnego, słodkawego posmaku**. W wyniku odparowania wody waga ziaren ulega zmniejszeniu, natomiast ich rozmiar zwiększeniu.

Kolejnym etapem, pozwalającym na uzyskanie  
pożądanych efektów jest **chłodzenie nasion  
kawowca powietrzem**, do czego wykorzystuje się  
specjalnie przygotowane tace. W wyniku tego  
**dwutlenek węgla może się naturalnie ulotnić**.



Stopień wypalania ziaren przekłada się na **poziomich kwasowości oraz naturalność aromatów**.

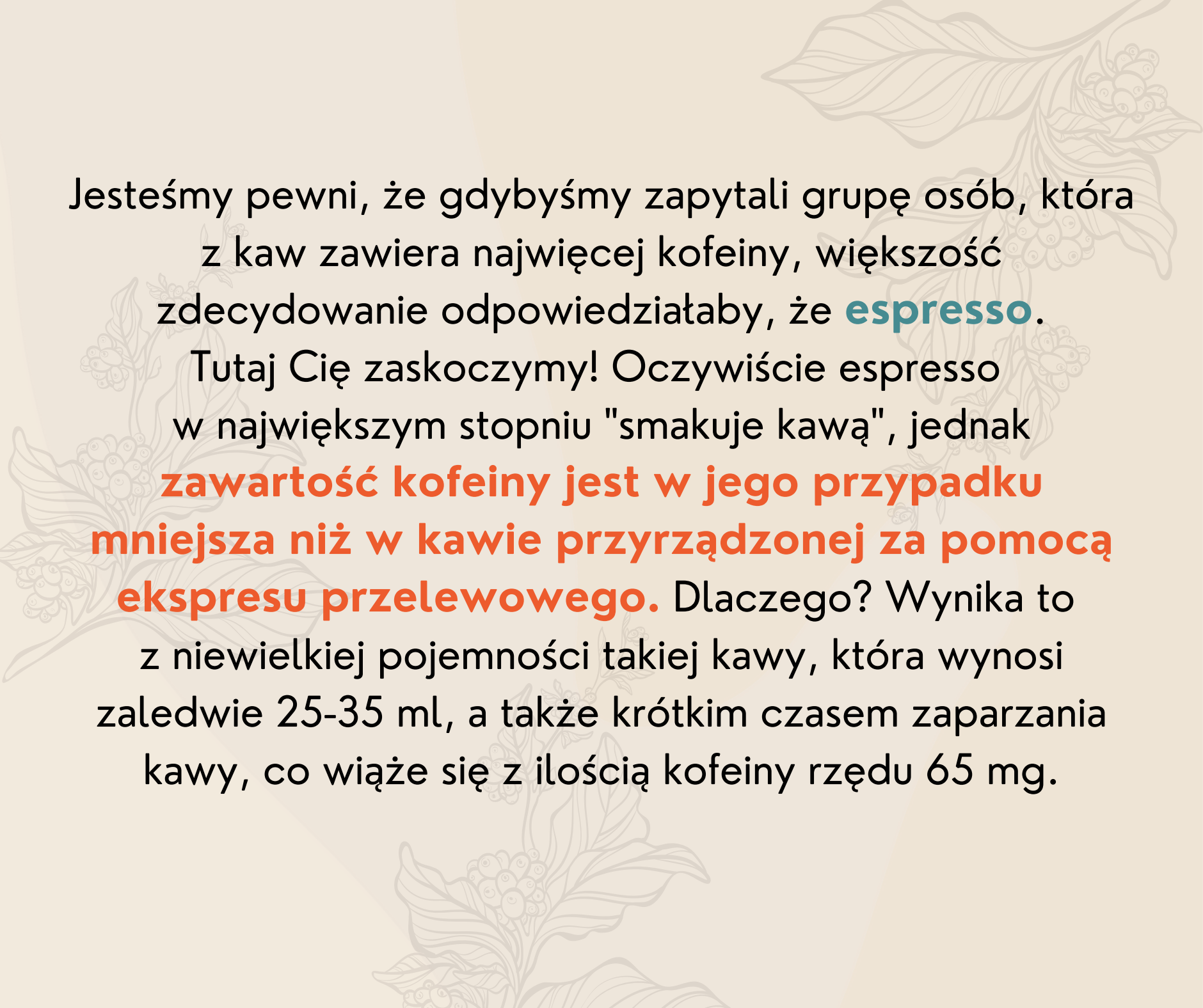
Im są one lżej wypalane, tym możemy spodziewać się mniej orzechowo-czekoladowego smaku. Natomiast wbrew pozorom, **im mocniej wypalone ziarna, tym mniej znajdziemy w nich kofeiny**.



# CO MA WPŁYW NA ZAWARTOŚĆ KAWY W KOFEINIE?

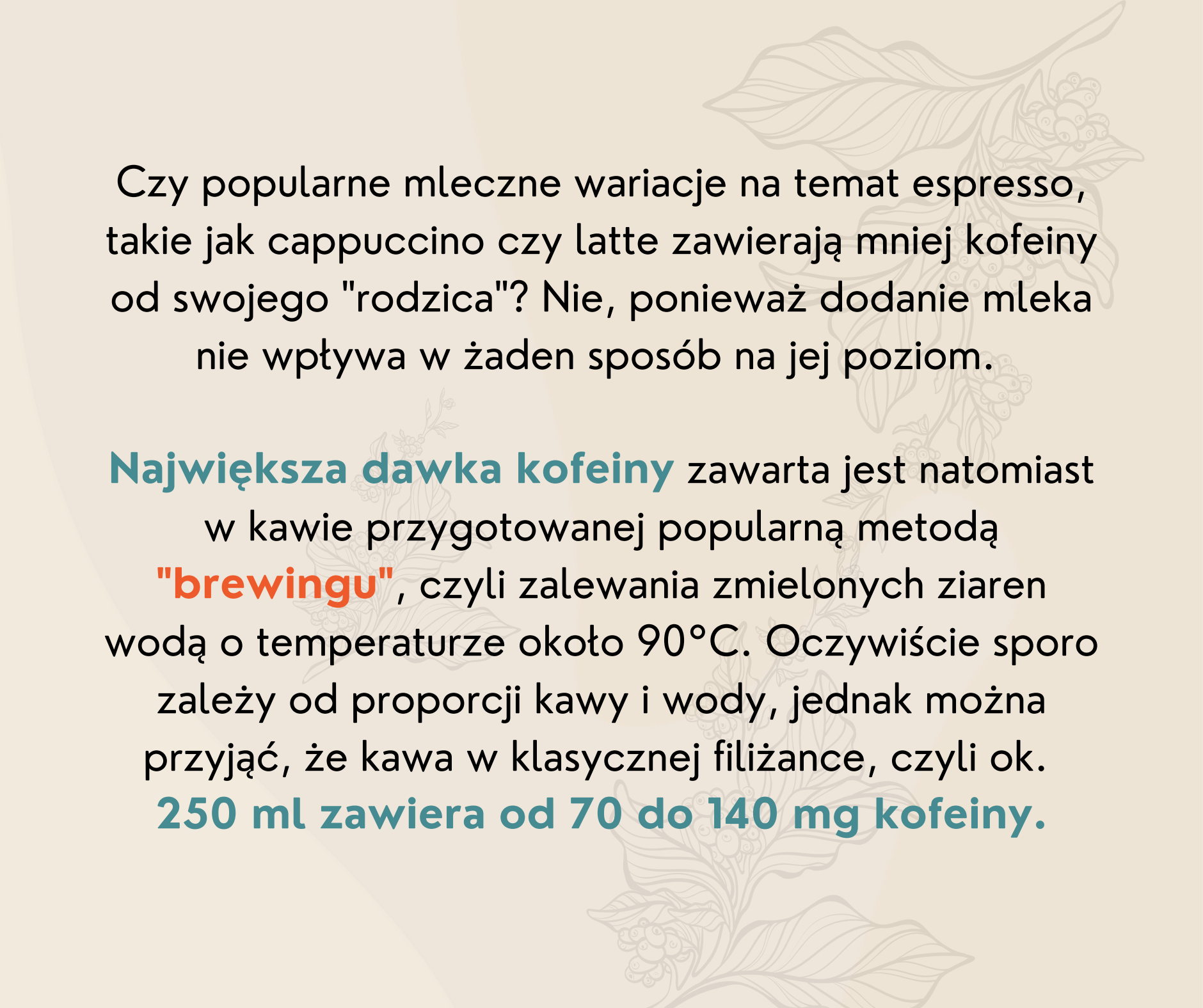
Na zawartość kofeiny w kawie ma wpływ wiele czynników, między innymi: **odmiana kawy, obróbka owoców i przede wszystkim sposób zaparzenia kawy.** Zupełnie innej ilości można spodziewać się pijąc espresso, cappuccino, kawę rozpuszczalną i kawę bezkofeinową, czy też kawy przelewowe lub inne przygotowane za pomocą metod alternatywnych.





Jesteśmy pewni, że gdybyśmy zapytali grupę osób, która z kaw zawiera najwięcej kofeiny, większość zdecydowanie odpowiedziałaby, że **espresso**.

Tutaj Cię zaskoczymy! Oczywiście espresso w największym stopniu "smakuje kawą", jednak **zawartość kofeiny jest w jego przypadku mniejsza niż w kawie przyrządzonej za pomocą ekspresu przelewowego**. Dlaczego? Wynika to z niewielkiej pojemności takiej kawy, która wynosi zaledwie 25-35 ml, a także krótkim czasem zaparzania kawy, co wiąże się z ilością kofeiny rzędu 65 mg.

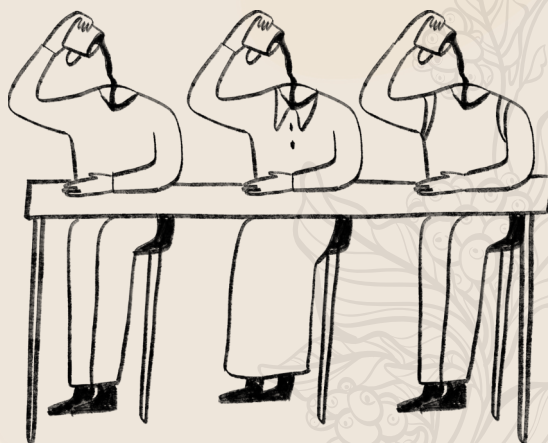


Czy popularne mleczne wariacje na temat espresso, takie jak cappuccino czy latte zawierają mniej kofeiny od swojego "rodzica"? Nie, ponieważ dodanie mleka nie wpływa w żaden sposób na jej poziom.

**Największa dawka kofeiny** zawarta jest natomiast w kawie przygotowanej popularną metodą **"brewingu"**, czyli zalewania zmielonych ziaren wodą o temperaturze około 90°C. Oczywiście sporo zależy od proporcji kawy i wody, jednak można przyjąć, że kawa w klasycznej filiżance, czyli ok. **250 ml zawiera od 70 do 140 mg kofeiny.**

Jak wygląda sytuacja  
w przypadku **kawy bezkofeinowej?**

Na pewno domyślasz się, że nawet kawa  
bezkofeinowa **nie jest pozbawiona kofeiny**  
w taki sam sposób, jak piwo bezalkoholowe nie jest  
pozbawione alkoholu. W średnim kubku takiej kawy  
zawarte jest **nawet 7 mg kofeiny** - mniej niż  
w przypadku innych odmian, jednak i tak  
wystarczająco, by osoby unikające kofeiny nie mogły  
pić jej jak wody.



**To już wszystko.  
Jak zawsze dziękujemy,  
że jesteście z nami!**

---

