

Στην απαρχή της θερινής σεζόν, επκεντρώνουμε το ενδιαφέρον μας σε όλα όσα πρέπει να προσέξετε κατά την παρασκευή των δημοφιλών **freddo espresso** και **freddo cappuccino**.

Άρθρο των Coffee Lovers Editors & Trainers, **Φώτη Λέφα** και **Σοφίας Μπικουβαράκη**
Φωτό Δημήτρης Κοηλιάς



FREDDO ΡΟΦΗΜΑΤΑ

ΟΛΑ ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΤΟΥΣ

Ο παγωμένος espresso προϋποθέτει αυστηρή τήρηση σε ό,τι έχει να κάνει με αναλογίες καφέ-πάγου και τη μέθοδο ανάμειξής τους. Έτσι η θερμοκρασία (°C) του γυάλινου ποτηριού, τα γραμμάρια του αλεσμένου καφέ, ο χρόνος επαφής (sec) του νερού με τον καφέ, ο όγκος σε δοσομετρητή με διαβαθμίσεις σε (ml) και το βάρος (oz) της εκχύλισης, το pre-infusion ή το pressure profile (bar) είναι στη "διάθεση" του επαγγελματία barista, προκειμένου να τελειοποιήσει τα freddο του, δίνοντας σε αυτά ελκυστική και εύγευστη διάσταση. Γι' αυτό μετράμε κάθε παράμετρο και καταγράφουμε κάθε μας δοκιμή, πριν καταλήξουμε στο ιδανικό. Όλοι οι παράγοντες που αναφέραμε και προπάντων η επιδίωξη του barista για ένα άψογο ρόφημα εξασφαλίζουν τελικά και το τέλειο αποτέλεσμα.



Για τέλειο freddo espresso

- > Ποτήρι χωρητικότητας 8 oz (1)
- > 3 oz είναι ο πάγος που θα τοποθετήσουμε μέσα στο ποτήρι = 85 γρ.
- > 2 oz είναι ο πάγος που χρειάζεται (2) για να παγώσει ο καφές = 56,7 γρ.
- > 2 oz εκχύλιση espresso (διπλή δόση σε γραμμάρια καφέ) (3) = 56.7 γρ.
- > 1 oz όγκος (4) κρέμας καφέ χωρίς να μεταφράζεται σε βάρος = κάποια γρ.(5)



- (1) 1 oz = 28,35 γρ = 28,35 ml συνεπώς 8 oz ισοδυναμούν με 226,8γρ
- (2) Είναι προτιμότερο να τοποθετήσουμε 2,5 oz. Ο περίσσιος πάγος θα κατακρατηθεί από τον αφρό-συλλέκτη κατά το σερβίρισμα στο ποτήρι.
- (3) Εντός του sieve filter είναι απαραίτητη η τοποθέτηση των 16-18 ή και άνω γρ. αλεσμένου καφέ με το αντίστοιχο σε χωρητικότητα φίλτρο. Σε αρκετές περιπτώσεις πλέον συνηθίζονται τα 21-22 γρ. Την εκχύλιση τη μετράμε συγχρόνως με δοσομετρητή με ενδείξεις σε ml ή oz.
- (4) Ο όγκος της κρέμας του freddo, σχετίζεται με το σχήμα και τη διάμετρο του ποτηριού που έχουμε επιλέξει για να σερβίρουμε το παγωμένο ρόφημα.
- (5) Αναλόγως με την ένταση της ανάδευσης, κάποια από τα στερεά διαλυτά του καφέ θα ανέβουν στην επιφάνεια και θα εγκλωβιστούν στις κυψέλες της κρέμας καφέ. Αυτά φυσικά θα επανέλθουν στη βάση του ροφήματος μόλις η κρέμα επκαθίσει.



1



2



3



4

ΜΕΤΡΑΜΕ ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟ ΠΟΥ ΑΦΟΡΑ ΤΙΣ ΑΝΑΛΟΓΙΕΣ ΚΑΦΕ-ΠΑΓΟΥ ΚΑΙ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ ΑΝΑΜΕΙΞΗΣ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΟΥΜΕ ΚΑΘΕ ΔΟΚΙΜΗ, ΠΡΙΝ ΚΑΤΑΛΗΞΟΥΜΕ ΣΤΟ ΙΔΑΝΙΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ.

Η σωστή παρασκευή βήμα προς βήμα

01 Πριν ξεκινήσουμε την εκχύλιση χρειαζόμαστε φρέσκο αλεσμένο καφέ, διότι υπερτερεί του ήδη αλεσμένου. Έχουμε προαναφέρει ότι στα πρώτα 15 λεπτά ο αλεσμένος καφές, χάνει το 60% των αρωμάτων του. Αυτό θα συντελέσει στην απώλεια γεύσεων και τη μείωση του χρόνου απόλαυσης. Ένας λόγος που οι περισσότεροι επαγγελματίες πλέον επιλέγουν μύλους On-Demand είναι η διατήρηση της φρεσκάδας.

02 Προτοιμάζουμε το γυάλινο ποτήρι τοποθετώντας πάγο μέσα για να χαμηλώσει η θερμοκρασία του. Απαιτείται μετά τη δοσομέτρηση του καφέ, άμεση τοποθέτηση του portafilter στην κεφαλή του group και άμεση εκχύλιση.

03 Τοποθετούμε καθαρή μεζούρα συλλογής της εκχύλισης, κατά προτίμηση μία που να χωράει μαζί με τη ζυγαριά κάτω από το portafilter για επανέλεγχο μετά από κάθε αλλαγή στη ρύθμιση του μύλου.

04 Επιδιώκουμε άμεσο πάγωμα της εκχύλισης με χρήση ενός μίξερ, εντός 30" από την ολοκλήρωση της εκχύλισης και την προσθήκη 2,5 oz πάγου. Θέλουμε να δημιουργήσουμε κρέμα καφέ μέσω της ανάδευσης. Την ιδανική θερμοκρασία αρκεί να την αναγνωρίσουμε από το θάμπωμα του ανοξείδωτου shaker. Στην πραγματικότητα για να παγώσει ο καφές χρειάζεται 2 oz πάγος, ισοδύναμη ποσότητα με την εκχύλιση του espresso.

Στη συνέχεια σερβίρουμε στο γυάλινο ποτήρι με τα 3 oz πάγου. Το νερό με τη μορφή πάγου έχει την ιδιότητα να είναι πιο ελαφρύ. Ιδιότητα, λοιπόν, αυτού είναι το 8% του όγκου του να επιπλέει. Η κρέμα καφέ που δημιουργείται κατά το πάγωμα, θα βελτιώσει το χρόνο κάλυψής τους και τη συνολική παρουσία του ροφήματος. Η ιδανική θερμοκρασία του ροφήματος για να προσφερθεί τελικά στον πελάτη, είναι οι 3-4°C γιατί το νερό σε αυτό το σημείο έχει μεγαλύτερη πυκνότητα, προσφέροντας & μεγαλύτερη απόλαυση.

Ανάλυση ωφέλιμου φορτίου των κόκκων σε γραμμάρια

Σκόπιο είναι υπολογίσουμε ωφέλιμο φορτίο των κόκκων. Σε κάθε καρμάνι η απάντηση διαφέρει, κατά μέσο όρο διαμορφώνεται ως εξής:

- **70% αδιάλυτα στερεά**
- **20-22% διαλυτά ωφέλιμα**
- **8% διαλυτά επιβλαβή**

Αν τώρα επιλέξουμε εν συντομία να κάνουμε έναν υπολογισμό μιας εκκύλισης espresso πριν από οποιαδήποτε αξιολόγηση θα βλέπαμε ότι υπάρχει ένα όριο σε κάθε ποσότητα εκκύλισης ανάλογα με τα γρ. που επιλέγουμε ως βάση. Από 16 γρ. βάση = 3,2 - 3,5 γρ. ωφέλιμο φορτίο από μια εκκύλιση 56,7 γρ.

Για μία ισορροπημένη εκκύλιση espresso χρειαζόμαστε αναλογία: 90,% - 88,5% νερό & 10% - 11,5% στερεά διαλυτά καφέ.

Ένα oz όπως είπαμε είναι 28,35 γρ. Τα 3,52 γρ. ισοδυναμούν με το 11,5%, δηλαδή της μέγιστης ωφέλιμης δύναμης του καφέ για να εκτελέσουμε μια παρασκευή που θα τοποθετηθεί πάγος (στο σύνολο αναλογεί 5 oz πάγου, δηλ. = 141,75 γρ).

espresso 2 oz = 56,7 ml + πάγος 5 oz = 141,75 ml, δίνουν άθροισμα 198,45 ml = 7oz, περίπου 200 γρ.

Το αρχικό μέγεθος ποτηριού είναι χωρητικότητας 226,8 γρ. και το παραγόμενο συνολικό max 200 γρ. Συνεπώς για κάθε 100ml νερό χρειαζόμαστε απαραίτητα 1,6-1,75 γρ. στερεά διαλυτά καφέ. Όταν λοιπόν επιθυμεί ένας επαγγελματίας να γεμίσει ένα take away ποτήρι των 350ml για να μη φαίνεται στον πελάτη άδειο, ενώ χρησιμοποιεί τα ίδια γραμμάρια, αρχίζουν οι υπερβολές. Τα 1,74 γρ. μειώνονται σε 1,17 γρ. και είναι αδύνατον να αποκατασταθεί η ισορροπία χωρίς αύξηση των αρχικών γραμμαρίων καφέ, από 16 σε 20+!

Για τον freddo cappuccino



Αντίστοιχα για freddo cappuccino η προσθήκη γάλακτος πριν την επεξεργασία του για μια μερίδα δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα 3 oz. Αν είναι αρκετά στενό το σκεύος που

χρησιμοποιούμε για την ανάδευσή του τότε θα μπορούσαμε να εξοικονομήσουμε επιπλέον 1oz από το γάλα. Η τελική συνολική ποσότητα που θα σερβίρουμε στο ποτήρι είναι το μέγιστο 113,4 ml. ■