

COLD  
BREW

COFFEE

# ΚΡΥΑ & ΖΕΣΤΗ ΕΚΧΥΛΙΣΗ

## ΟΙ ΟΜΟΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΣ

Τι κοινό υπάρχει ανάμεσα στο cold brew και τις άλλες παγωμένες παρασκευές;



του **AST Φώτη Λέφα**  
συνδημιουργού των **Coffee  
Lovers Editors & Trainers**  
info@coffeelovers.gr

**Ο** πιο καταρτισμένοι επαγγελματίες γνωρίζουν ότι για ένα ισορροπημένο γευστικό αποτέλεσμα στο φλιτζάνι, θα πρέπει να αποσπάσουν -μέσα από μια πειθαρχημένη διαδικασία- το 20% των διαλυτών ουσιών που περιέχονται στους κόκκους του καφέ. Σε διαφορετική περίπτωση, το ρόφημα αποκτά πολύ πικρή ή και δυσάρεστη γεύση. Τι συμβαίνει όμως με το υπόλοιπο 80% των ουσιών που περιέχουν οι κόκκοι; Με ποιο τρόπο μπορούμε να συγκεντρώσουμε επιλεκτικά τις ουσίες και να τις διατάξουμε σε ποσοστά και αναλογίες σύμφωνα με τις γευστικές μας επιθυμίες;

Τα τοιχώματα των κυττάρων του καφέ περιέχουν πολλά συστατικά που θα μπορούσαν ενδεχομένως να προσδώσουν στο τελικό ρόφημα μία γευστική και αρωματική ιδιαιτερότητα. Τα έλαια, για παράδειγμα, τα οποία συνήθως δεν αξιοποιούμε, θα μπορούσαν όντως να αποτελέσουν προϊόντα της εκχύλισης, ενισχύοντας την υφή και το άρωμα του καφέ. Δυστυχώς, όμως τα έλαια είναι υδροφοβικά, αντιδρούν στο πάγο και οξειδώνονται ταχύτερα όταν εκτίθενται σε πολύ υψηλές θερμοκρασίες. Το ίδιο ισχύει και για τις πρωτεΐνες, οι οποίες είναι ευαίσθητες στην έκθεσή τους σε υψηλή θερμοκρασία.

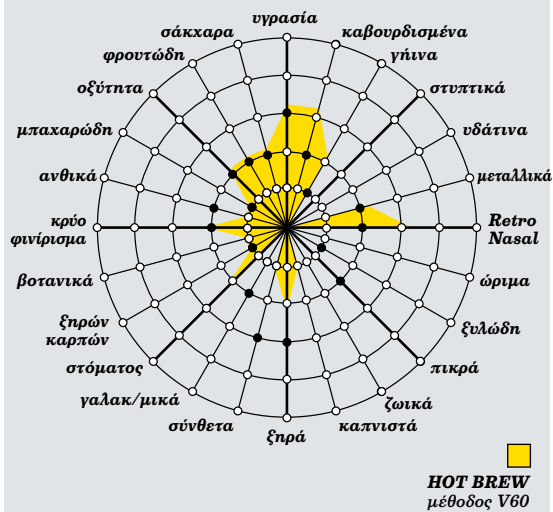
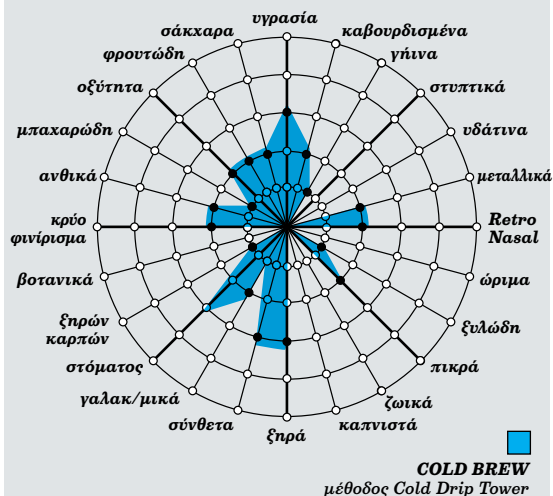
### Η ζεστή εκχύλιση

Στην περίπτωση που ακολουθείται κάποια μέθοδος ζεστής εκχύλισης, είναι πολύ πιο εύκολο να καταλήξουν στο φλιτζάνι αρκετές από τις διαλυτές ουσίες που θα προσφέρουν στον καφέ τα ιδιαίτερα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά του. Σε όλες τις μεθόδους ζεστής εκχύλισης, το εύρος το θερμοκρασιών του νερού κατά το τελικό στάδιο ποικίλει από 85°C (σε συσκευές όπου υπάρχουν πολλή απαγωγές) έως 96°C, ενώ ο χρόνος διαρκεί από μερικά δευτερόλεπτα έως και 6 λεπτά. Η θερμοκρασία είναι η βασική αιτία για την οποία είναι τόσο δύσκολο να επαναλάβουμε την ίδια ακριβώς γεύση στο φλιτζάνι. Εξίσου σημαντικός όμως είναι ο παλμός της εκχύλισης, ένας παράγοντας που δεν τον λαμβάνουμε συχνά υπόψη μας και δυσκολεύει τους επαγγελματίες σε ώρες αιχμής. Για να γίνουν κατανοητές οι αποκλίσεις στις αναφερόμενες συσκευές αρκεί να γίνει λεπτομερής καταγραφή της θερμοκρασίας του νερού κατά την εκχύλιση τουλάχιστον σε 2 σημεία:

- το σημείο διανομής του νερού
- κατά την εκχύλιση μέσα στο φίλτρο όπου έχουμε επαφή με τον αλεσμένο καφέ.

## Οι διαφορές στο γευστικό προφίλ

Ο ίδιος καφές εμφανίζει διαφορές ως προς τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά του όταν υποβληθεί σε ζεστή ή κρύα εκχύλιση.



πηγή: coffee.stackexchange.com

## Κρύα εκχύλιση

Υπάρχει ένα εύρος διαφορετικών προσεγγίσεων σε ό,τι ονομάζεται έως τώρα κρύα εκχύλιση, από cold drip σε ευπαρουσίαστους πύργους, όπου η διαδικασία γίνεται στις θερμοκρασίες που επικρατούν μέσα στην καφετέρια με ποικίλα αποτελέσματα από ημέρα σε ημέρα. Η κρύα εκχύλιση 4°C με σταγόνες νερό να περνάνε μέσα από τον αλεσμένο καφέ στο ψυγείο καθ' όλη τη διάρκεια της εκχύλισης. Διατηρεί τα αρώματα του καφέ για μεγάλο χρονικό διάστημα ενώ είναι αρκετά σύντομη διαδικασία συγκριτικά με άλλες μεθόδους.

## Μέθοδοι cold brew



**Cold drip tower**  
ενστάλαξη σταγόνων για 6-8 ώρες σε θερμοκρασία 10-28°C



**Chemex**  
ενστάλαξη σταγόνων για 3 ώρες σε θερμοκρασία 4°C



**Toddy cold brew**  
βύθιση του καφέ στο νερό για 8-24 ώρες σε θερμοκρασία 4°C

“**Οι μέθοδοι κρύας εκχύλισης δίνουν ροφήματα με πολύ πιο ήπια και ισορροπημένη γεύση, καθώς περιορίζουν τον όξινο και πικρό χαρακτήρα μίας εκλεκτής ποικιλίας καφέ.**

Με βάση τη διεθνή εμπειρία, υπάρχουν σήμερα τρεις βασικές μέθοδοι εκχύλισης cold brew:

- α. Η ενστάλαξη σταγόνων για διάστημα 6-8 ωρών σε θερμοκρασία 10-28°C.
- β. Η ενστάλαξη σταγόνων για διάστημα 3 ωρών σε θερμοκρασία 4°C.
- γ. Η βύθιση του καφέ στο νερό για διάστημα 8-24 ωρών σε θερμοκρασία 4°C.

Μεταξύ των κρύων εκχυλίσεων μέσα σε ψυχρό θάλαμο παρατηρούνται βασικές διαφορές και γι' αυτό απευθύνονται σε κοινό με ποικίλες ανάγκες. Στην ενστάλαξη, ακόμα και όταν επιδιώξουμε αποκλίσεις αρκετών λεπτών στις εκχυλίσεις, οι διαφορές

είναι σχεδόν ασήμαντες ως προς τον αριθμό των τds ή brix. Από αυτό συνεπάγεται ότι μπορεί εύκολα να επαναληφθεί μια εκχύλιση με το όμοιο αποτέλεσμα. Στη βύθιση των κόκκων μέσα στο κρύο νερό ο χρόνος προκαλεί περισσότερες μεταβολές αφού ο αλεσμένος καφές διαμελίζεται διαρκώς σε πολύ μικρότερα μέρη και γι αυτό το τελικό προϊόν χρειάζεται αρκετή αραιώση. Ακριβώς εκεί βρίσκουν κάποιοι επαγγελματίες επιπλέον οικονομικό όφελος. Μεταξύ των δύο, το άρωμα στην πρώτη μέθοδο είναι πιο ευδιάκριτο και ευχάριστο. Χωρίς το ευχάριστο άρωμά του ο καφές αξιολογείται ως χορταστική μάζα. Κάπου στο μέσον βρίσκεται για αρκετούς η ισορροπία. ■

### Θερμοκρασία & οξείδωση

Στις μεθόδους κρύας απόσταξης, η οξείδωση του καφέ γίνεται με πολύ πιο αργούς ρυθμούς σε σχέση με τη ζεστή απόσταξη, η οποία ολοκληρώνεται μέσα σε μόλις τέσσερα λεπτά.

