

eraldi kohvi, võib julgelt kasutada ka presskannu jahvatuse ja röstiga kohvipulbrit.

KOHVILIIKE ON 60

Kohviliike on üle 60, kuid ainult kaks neist on kaubandusliku tähtsusega: *Coffea Arabica* ehk araabika ja *Coffea Canephora* ehk robusta.

Araabika pärineb Etioopiast ning praegu kasvatatakse seda kogu maailmas. Robusta avastati Kongos, kust see levis üle Aafrika troopikavööndi, samuti Indoneesiasse, Vietnami ja kaugemalegi.

Araabika moodustab umbes 65% ja robusta 35% kogu maailma kohvitoodangust. Araabika maitse on mahedam ning tal on rohkem maitseüansse kui robustal. Robusta tugev maitse sobib kõige paremini tumeda röstiga kohvisegudesse, nagu espresso või prantsuse stiilis kohvid. Robusta teeb espresso maitse täidlasemaks ja tekitab paksema vahu ehk *crema*.

MIDA TÄHENDAB TUME RÖST, KESKMINE RÖST...

Kohvi röstimisel toimuvad keemilised protsessid, mille käigus kujunevad välja kohvi maitseomadused: tasakaalustuvad happed, aroomid ja teised komponendid, mis määravad kohvi hapukuse, maitse, järelmaitse ning täidluse.

Röstimisaeg sõltub röstimisastmest. Tavaliselt röstitakse kohvi 5–8 minutit ja see toimub temperatuuril 180–240 °C.

Heleda röstiga kohvi mekk on hapukam kui tumedaks röstitud kohvil. Kohvisegu maitse sõltub oluliselt röstimisprotsessist (röstimisaeg, temperatuur jne).

Samuti peetakse röstimise ajal silmas valmistusmeetodit, mille jaoks seda kohvi röstitakse. Näiteks kui on vaja kohvi presskannu jaoks, valitakse kindlasti keskmine röst, espresso jaoks tumed röst.

ÕIGE JAHVATUSASTE

Kohvi tegemisel on tähtis kasutada õige jahvatusastmega pulbrit ning see sõltub kohvi valmistusviisist. Pauligi kohvi pakenditel olev sümbol näitab, millist viisi kasutada.

Näiteks kui filtrikohvi tegemisel võtta eriti peene jahvatusega pulber, on tulemuseks kõrbenud ja mõru maitsega jook. Kui teha espressot jämeda jahvatusega kohvipulbrit, siis tõelist espressot ei saa.

■ Jäme jahvatus – jämedateraline isegi visuaalsel vaatlusel. Näeb välja nagu jäme meresool.

■ Keskmine jahvatus – eelmisest peenem, kuid teraline. Näeb välja nagu jämedateraline mereliiv.

■ Peen jahvatus – eelmisest peenem. Lauasoolataoline.

■ Eriti peen – peen, kuid siiski sõrmede vahel tunnetatava struktuuriga.

■ Türgi jahvatus – pehme, tekstuurilt sarnane jahule ja tuhksuhkrule.

VALIGE ÕIGE JAHVATUS

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Filtermasin (lameda põhjaga filter) | Keskmine |
| Filtermasin (koonilise kujuga filter) | Peen |
| Presskann | Jäme |
| Perkolaator | Jäme |
| Espressomasin | Eriti peen |
| Moka kann | Peen |
| Ibrik | Türgi |

KAS KOHVIJOOMINE ON KASULIK VÕI KAHJULIK

Kohvi juuakse kogu maailmas iga päev. Aeg-ajalt arutleme, kuidas see jook meile mõjub. Viimaste aastate teaduslikud uuringud on näidanud, et kohvil on inimese tervisele positiivne mõju. See kui taimne toode sisaldab elemente, mis võivad meid kaitsta teatud haiguste eest. Mõõdukas kohvitarbimine, 4–5 tassi päevas, ei tee uuringu tulemuste järgi tervele inimesele midagi halba.

On üha enam teaduslikke tõendeid selle kohta, et kohv võib kaitsta suhkruhaiguse teise tüübi, maksavähi ja tsirroosi ning Parkinsoni tõve eest. Kofeiin aitab leevendada nende haigustega seotud sümptomeid, kuid kohvil võib olla ka närvirakke kaitsvaid omadusi. Kofeiin näib leevendavat veel astma sümptomeid.

Kohv sisaldab hulgaliselt antioksidante, mis aitavad vananemisega seotud haigusi lausa vältida või nende algust edasi lükata. Nii parandab kohv elukvaliteeti.

Vanasti lisati kohvile valmistamise ajal soola, et jook ei tuleks mõru. Probleem oli selles, et kohvioad olid sageli üle röstitud ja seetõttu mõruda maitsega. Tänapäeval, kui kohvi valmistada õigesti ning kinni pidada säilitamise reeglitest, pole soola lisada vaja. Tuleb lihtsalt silmas pidada kõiki reegleid ja juhiseid.

KATI KLJUKINA
Pauligi kohvikoolitaja



Viski-
sõbrale

J Õ U L U K S



TÄHELEPANU! TEGEMIST ON ALKOHOOLIGA. ALKOHOL VÕIB KAHJUSTADA TEIE TERVIST.