

Η ιστορία του καφέ



Ο καφές είναι ένα παγκόσμια διαδεδομένο ρόφημα, το οποίο κατασκευάζεται από τα καβουρδισμένα και αλεσμένα σπέρματα της καφέας ή καφεόδεντρου. Ο καφές έχει αναζωογονητική δράση, η οποία οφείλεται στο βασικό του συστατικό, την καφεΐνη, ένα αλκαλοειδές συστατικό που υπάρχει στους σπόρους των καρπών του. Υπολογίζεται ότι η διαδικασία ετοιμασίας του ροφήματος επαναλαμβάνεται παγκοσμίως πάνω από 400 δισεκατομμύρια φορές το χρόνο.

Καφέα ή Καφεόδενδρο

Το φυτό απ' το οποίο προέρχεται ο καφές (κόκκοι) είναι ένας αειθαλής κορμώδης θάμνος που μοιάζει πολύ με την κερασιά. Έχει 66 αναγνωρισμένες ποικιλίες και ονομάζεται καφεόδενδρο ή καφέα. Τα καφεόδενδρα ζουν περίπου 25 - 30 χρόνια και ευδοκιμούν κυρίως σε τροπικά κλίματα. Τα άγρια φτάνουν σε ύψος τα 30 πόδια, το ύψος όμως των καλλιεργούμενων περιορίζεται, για ευκολότερη συγκομιδή. Υπάρχουν δυο βασικά είδη καφεόδεντρου, η *Coffea arabica* που προέρχεται από την Αιθιοπία και δίνει τους καρπούς με την καλύτερη γεύση και άρωμα, και η *Coffea canephora* (*robusta*), οι καρποί της οποίας περιέχουν περισσότερη καφεΐνη, και προέρχεται απ' την Ουγκάντα.



Οι κάλυκες του καφέ (καρπού) αναπτύσσονται κατά μήκος των κλαδιών και χρειάζονται σχεδόν ένα χρόνο μέχρι να ωριμάσουν, παίρνοντας ένα κοκκινωπό χρώμα. Ο κόκκος του καφέ είναι το κουκούτσι του καρπού του δέντρου· βρίσκεται στο κέντρο του, κάτω από τη σάρκα και το φλοιό του καρπού, που απομακρύνεται κατά την προεπεξεργασία του καφέ. Ο κόκκος χωρίζεται συνήθως σε 2 μέρη ή μπορεί να είναι ακόμη και μονός, γνωστός και ως μαργαριταρένιος (*Pearl Coffee*).

Προέλευση του καφέ

Η ιστορία του καφέ ξεκίνησε στην Αιθιοπία, όπου η *Coffea arabica* μεγάλωνε ελεύθερα σαν θάμνος. Αρχικά ο καρπός χρησιμοποιόταν αυτούσιος από τους τοπικούς πληθυσμούς, που είτε τον μασούσαν είτε τον άλεθαν σε μικρούς σβώλους.

Το όνομα του καφέ προέρχεται από την Αραβική λέξη *qahwa* (κάουα), που

σημαίνει “αυτό που εμποδίζει τον ύπνο”, η οποία είναι παραφθορά τμήματος της αρχικής Αραβικής ονομασίας του καφέ, qahwat al-būnn, κρασί του κόκκου, που αναφέρεται στο γεγονός ότι ο καφές χρησιμοποιείται σαν υποκατάστατο του κρασιού, καθώς το Κοράνι απαγορεύει το αλκοόλ. Όταν ο καφές πρωτοήρθε στην Ευρώπη ήταν γνωστός ως “Αραβικό κρασί”. Μια άλλη εκδοχή αποδίδει το όνομα του καφέ στο Βασίλειο της Κάφφα, την περιοχή της Αιθιοπίας όπου άρχισε να χρησιμοποιείται ο καφές.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η προέλευση του καφέ και η ανακάλυψη των ιδιοτήτων του έδωσε τροφή και σε αρκετούς μύθους. Οι σημαντικότεροι είναι αυτός που αποδίδει την ανακάλυψη των ιδιοτήτων του καφέ σε έναν Αιθίοπα γιδοβοσκό, τον Καλντί, που παρατήρησε ότι τα ζώα του γίνονταν πιο δραστήρια όταν έτρωγαν τους καρπούς του φυτού του καφέ (μύθος των κατσικών που χορεύουν) και αυτός που λέει ότι ο καφές δόθηκε στον Μωάμεθ από τον Αρχάγγελο Γαβριήλ προκειμένου να του χαρίσει δύναμη και αντοχή.

Ο καφές στον αραβικό κόσμο

Από την Αφρική ο καφές πέρασε στην Υεμένη, όπου τον έφεραν σκλάβοι από το σημερινό Σουδάν. Η πρώτη αναφορά από τους Μουσουλμάνους γίνεται περίπου στο 900 μ.Χ. στα γραπτά του Πέρση γιατρού Ραζί και υπολογίζεται ότι η παρασκευή του καφέ όπως τη γνωρίζουμε σήμερα (με καβούρδισμα των σπόρων δηλαδή και βράσιμό τους) άρχισε γύρω στο 14ο αιώνα. Η πρώτη λεπτομερής αναφορά που έχουμε για την προέλευση και τη χρήση του καφέ είναι μια εργασία του Αμπντ Αλ Καντίρ Αλ-Τζαζίρι από τα 1587, όπου αναφέρεται ότι ο πρώτος που καθιέρωσε τη χρήση του καφέ ήταν ο μουφτής του Άντεν τον 14ο αιώνα.

Από την Υεμένη ο καφές διαδόθηκε βορειότερα, στη Μέκκα και τη Μεδίνα και από εκεί στις μεγάλες πόλεις της βόρειας Αφρικής. Η ιδιότητα του καφέ να καταπολεμά την υπνηλία τον έκανε δημοφιλή ανάμεσα στους Σούφι, ενώ καθώς το Κοράνι απαγορεύει τη χρήση αλκοόλ ο καφές θεωρήθηκε ένα καλό υποκατάστατο, και από κοινωνικής άποψης η χρήση του ήταν ίδια με αυτή του αλκοόλ στη Δύση: τα καφεποτεία γίνονταν τόπος συνάθροισης, συζητήσεων, διασκέδασης ή και τζόγου. Τα πρώτα καφεποτεία άνοιξαν στη Μόκα, που ήταν και το κύριο λιμάνι από το οποίο γινόταν η διακίνηση του καφέ. Αρκετές φορές λόγω του χαρακτήρα τους τα καφεποτεία έγιναν τόπος πολιτικής συζήτησης και δραστηριότητας, και για αυτό έγιναν αρκετές προσπάθειες να κλείσουν, χωρίς όμως επιτυχία λόγω της δημοτικότητας του ροφήματος. Την ίδια τύχη είχαν και οι προσπάθειες να απαγορευτεί γενικά ο καφές σαν διεγερτική ουσία, τόσο από σκληροπυρηνικούς

ιμάμηδες στη Μέκκα και το Κάιρο, όσο και από την Αιθιοπική Εκκλησία αργότερα.

Ο καφές στην Ευρώπη

Ο καφές -σαν έτοιμο προϊόν, καθώς οι Άραβες απαγόρευαν αυστηρά την εξαγωγή σπόρων- πέρασε στην Ευρώπη από τη Βενετία, που διατηρούσε ισχυρές εμπορικές σχέσεις με τον Αραβικό κόσμο, στα τέλη του 16ου αιώνα. Διατέθηκε αρχικά από τους Βενετούς έμπορους στους πλούσιους, σαν εξωτικό είδος. Η δημοτικότητά του μεγάλωσε αφού ο Πάπας Κλήμης Η΄, παρά τις συμβουλές του περίγυρού του να αφορίσει τον καφέ σαν ισλαμική απειλή προς το χριστιανισμό, δοκίμασε στα 1600 καφέ, τον βρήκε εξάισιο και τον “βάπτισε” Χριστιανικό ρόφημα. Το πρώτο καφεποτείο άνοιξε στην Ιταλία το 1645.

Οι Ολλανδοί ήταν οι πρώτοι που κατάφεραν να πάρουν σπόρους καφέ και να τον καλλιεργήσουν αρχικά στις αποικίες τους στην Ινδονησία. Την ίδια εποχή περίπου το φυτό του καφέ πέρασε και στην Ινδία, όπου μετέφερε σπόρους λαθραία ο Μπάμπα Μπουντάν, επιστρέφοντας από τη Μέκκα.

Η δημοτικότητα του καφέ αυξήθηκε ραγδαία στην Ευρώπη· στην Αγγλία υπήρχαν 3000 καφεποτεία το 1675. Ο καφές έφτασε στη Γαλλία το 1657 και το 1669 το δώρο που έφερε στο Παρίσι ο απεσταλμένος του Σουλτάνου Μοχάμετ Δ΄ ήταν μια μεγάλη ποσότητα καφέ.

Ένα από τα λάφυρα Πολωνών, Αυστριακών και Γερμανών μετά την νίκη τους στη Βιέννη το 1683 ήταν τα πολλά σακιά με καφέ που άφησε πίσω του ο ηττημένος Οθωμανικός στρατός. Ο Φραντσίζεκ Κουλτζίτσκι, Πολωνός αξιωματικός στον οποίο χαρίστηκαν τα σακιά του καφέ σαν δώρο για τη γενναιότητά του, άνοιξε ένα καφεποτείο, ενώ πρωτοτύπησε και με την προσθήκη ζάχαρης και γάλακτος στον καφέ. Έτσι η νίκη αυτή έγινε και αφορμή για τη διάδοση του καφέ στην Αυστρία, την Πολωνία και τη Γερμανία.

Ο καφές στην Αμερική

Τον καφέ έφεραν στην Αμερικανική Ήπειρο οι Γάλλοι, μέσω των αποικιών τους στη Μαρτινίκα, τη Γαλλική Γουινέα και αλλού. Τα πρώτα φυτά έφερε ο Γκαμπριέλ ντε Κλιού στη Μαρτινίκα το 1714. Από εκεί πέρασε στη Γαλλική Γουινέα. Το 1727, ο Φραντσίσκο Παλχέτα στάλθηκε από το βασιλιά της Βραζιλίας στη Γουινέα, προκειμένου να φέρει σπόρους καφέ για να καλλιεργηθούν στη χώρα του. Καθώς η απόσπαση των σπόρων αποδείχτηκε δύσκολη, ο Παλχέτα έλυσε το πρόβλημα σαγηνεύοντας τη γυναίκα του Γάλλου Κυβερνήτη, η οποία του έδωσε σπόρους και

φύτρα καφέ, κι έτσι το φυτό πέρασε στη Βραζιλία, η οποία σήμερα είναι η χώρα με τη μεγαλύτερη παραγωγή καφέ στον κόσμο.

Την ίδια περίπου εποχή ο καφές καλλιεργήθηκε στη Τζαμάικα, το 1740 στο Μεξικό, το 1784 στη Βενεζουέλα και στα τέλη του αιώνα στην Κολομβία. Το 1893, ο καφές πέρασε από τη Βραζιλία στην Κένυα και την Τανζανία, ολοκληρώνοντας έτσι το διηπειρωτικό του ταξίδι που ξεκίνησε λίγο βορειότερα, στην Αιθιοπία, 900 χρόνια πριν.

Σύμφωνα με μια άλλη εκδοχή, οι Ολλανδοί, από τους πρώτους εμπόρους και καλλιεργητές του καφέ, μετέδωσαν άθελα τους την καλλιέργεια του καφέ στην Αμερική. Δώρισαν ένα δέντρο καφέ στο Λουδοβίκο 14ο και ο αξιωματικός Gabriel Mathieu do Clieu έκλεψε ένα μικρό δενδρύλλιο από το δέντρο και το μετέφερε στην Γαλλική αποικία της Μαρτινίκης (νησί της Καραϊβικής). Από εκεί βρήκε το δρόμο του για την Ν. Αμερική.

Ο καφές στην Ελλάδα

Η ιστορία του καφέ στην Ελλάδα αρχίζει από τα χρόνια της Τουρκοκρατίας. Η Ελλάδα, σαν τμήμα της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, δοκιμάζει τον καφέ πρίν από την υπόλοιπη Ευρώπη. Ιδιαίτερα οι Έλληνες της Κωνσταντινούπολης, της Θεσσαλονίκης και γενικά της Βορείου Ελλάδος πρώτοι γνωρίζουν και συνηθίζουν τον καφέ μαζί με τους Τούρκους. Στην Θεσσαλονίκη του 17ου αιώνα σύμφωνα με τις πηγές, υπάρχουν περισσότερα από 300 καφενεία όπου συχνάζουν Έλληνες και Τούρκοι, ενώ μεγάλο αριθμό καφενείων συναντά κανείς και σε άλλες πόλεις, όπως τις Καβάλα, Δράμα κ.α.

Στην Αθήνα και τις πόλεις της Νοτίου Ελλάδος τα καφενεία εμφανίζονται αργότερα. Στην αρχή είναι μικρά και συχνάζουν σε αυτά μόνο Τούρκοι, σταδιακά όμως η πελατεία τους εμπλουτίζεται και με Έλληνες. Σύμφωνα με τον Παπαδιαμάντη, από το 1760 η συνήθεια του καφέ μεταδίδεται και στην υπόλοιπη Ελλάδα με αφετηρία πάντα την Κωνσταντινούπολη.

Μέχρι τις αρχές του 20ου αιώνα τα καφενεία κάνουν και τη δουλειά του καφεκόπτη, δηλαδή προμηθεύονται πράσινο ακατέργαστο καφέ και αφού τον καβουρδίσουν, τον αλέθουν σε μικρούς χειροκίνητους μύλους. Το καβούρδισμα γίνεται μέσα σε ειδικά τηγάνια που είναι καλυμμένα με μεταλλικό καπάκι και έχουν χερούλι για το συνεχές ανακάτεμα του καφέ.. Μπορεί να γίνει επίσης με περιστροφικό ψήσιμο, σε κύλινδρο που λειτουργεί όπως ακριβώς ο οβελίας του

Πάσχα. Το άλεσμα του καφέ γίνεται είτε με χειροκίνητους μύλους, είτε με τη μέθοδο του κοπανίσματος. Τα μεγάλα καφενεία μάλιστα έχουν έναν υπάλληλο που έχει σαν αποκλειστική του απασχόληση το κοπάνισμα του καφέ, εργασία που γίνεται στην είσοδο του καφενείου για την προσέλκυση της πελατείας.

Μέχρι το 1900 περίπου δεν υπάρχουν ειδικά καταστήματα για την πώληση του καφέ. Η εισαγωγή γίνεται από εισαγωγείς ειδών Γενικού Εμπορίου μαζί με την ζάχαρη, το κακάο, το τσάι και άλλα είδη διατροφής. Από τους εισαγωγείς ο καφές διοχετεύεται στην κατανάλωση μέσω των καταστημάτων λιανικής πώλησης τροφίμων, των γνωστών “μπακάλικων”. Οι νοικοκυρές αγοράζουν όπως και τα καφενεία τον καφέ σε πράσινη μορφή και τον επεξεργάζονται στο σπίτι, προσθέτοντας μάλιστα και λίγο σιτάρι, κριθάρι ή ρεβίθι για να διαρκέσει περισσότερο, αφού ο καφές είναι πολύ ακριβός για το μέσο εισόδημα της εποχής.

Τα πρώτα ειδικά καταστήματα για τον καφέ, τα λεγόμενα Καφεποιεία, που γρήγορα μετονομάζονται σε Καφεκοπτεία, εμφανίζονται στο γύρισμα του 19ου προς τον 20ο αιώνα και ασχολούνται αποκλειστικά με την εισαγωγή, επεξεργασία και πώλησης του καφέ έτοιμου για κατανάλωση. Από τα πρώτα Καφεκοπτεία της Αθήνας είναι ο “Οικος Μπέλκα” στην Πλατεία Δημοτικού Θεάτρου (σημερινή Πλατεία Κοτζιά) και το καφεκοπτείο Ανδρέα Ριζόπουλου στην ίδια περιοχή. Το 1914 ανοίγει το καφεκοπτείο Μισεγιάννη - Μάστορη στην αρχή της οδού Σκουφά στο Κολωνάκι, ενώ το 1920 ανοίγει το πρώτο καφεκοπτείο Λουμίδη στον Πειραιά.

Την δεκαετία του 1920, το Καφεκοπτείο Μισεγιάννη, μετά από παραγγελία του ξενοδοχείου “Μεγάλη Βρετανία” εισάγει στην ελληνική αγορά τον Γαλλικό Καφέ και στη συνέχεια και όλα τα υπόλοιπα είδη καφέ που συνηθίζονται στην Ευρώπη. Στην δεκαετία του 30 ανοίγουν πολλά καφεκοπτεία, ενώ κατά την διάρκεια της κατοχής του 1940-44, λόγω έλλειψης του είδους, όσα κατορθώνουν να επιβιώσουν ασχολούνται με την επεξεργασία υποκατάστατων του καφέ (ρεβίθι, κριθάρι, λούπινο) και παράλληλα με το εμπόριο διαφόρων ειδών, μη σχετικών με τον καφέ.

Μετά την απελευθέρωση αρχίζει μια περίοδος σκληρών κυβερνητικών παρεμβάσεων στην τιμή του καφέ, για συναλλαγματικούς λόγους, που έχει σαν αποτέλεσμα την υποβάθμιση της ποιότητας του προσφερόμενου ελληνικού καφέ και τη στροφή του καταναλωτή προς τον νεοεμφανισθέντα, και χωρίς κανένα έλεγχο τιμής στιγμιαίο καφέ. Καφενεία, Κυλικεία, Καφετέριες, καταστήματα Τροφίμων παραμερίζουν τον ελληνικό καφέ - που σιγά-σιγά περιθωριοποιείται - και προωθούν τον στιγμιαίο γιατί τους προσφέρει μεγαλύτερο κέρδος. Μόλις την

δεκαετία του 80 αρχίζει η ομαλοποίηση της Αγοράς και επιστροφή στις καλές ποιότητες καφέ, αλλά η μεγάλη ζημιά έχει ήδη γίνει, ιδιαίτερα δε στην νεολαία που έχει πια συνηθίσει τον στιγμιαίο καφέ, ένα προϊόν φυσικοχημικής επεξεργασίας, γνωστό ότι βλάπτει την υγεία του ανθρώπου (καρδιά, νεύρα, στομάχι).

Ο ελληνικός καφές



Ελληνικός καφές είναι η ονομασία που αποδίδεται στον τούρκικο καφέ από τους Έλληνες και πίνεται περισσότερο από κάθε άλλο είδος καφέ σε πολλές περιοχές της ανατολικής Μεσογείου, της Μέσης Ανατολής, των Βαλκανίων και της Βόρειας Αφρικής.

Ο καφές αυτός ονομάζεται με διάφορους τρόπους, ανάλογα με την χώρα. Στις χώρες που δεν καταναλώνεται αρκετά είναι γνωστός ως “τουρκικός καφές”, όπως και στην Τουρκία.

Κατά το δεύτερο μισό του 20ου αιώνα η ονομασία άλλαξε σε “ελληνικός καφές”. Η αλλαγή αυτή ξεκίνησε για διαφημιστικούς λόγους και προωθήθηκε από μεγάλη ελληνική εταιρεία επεξεργασίας καφέ.

Ο καφές αυτός συναντάται ακόμα με τις ονομασίες “αρμένικος καφές” (στην Αρμενία), “αραβικός καφές”, ή “μεσανατολικός καφές”. Στις χώρες των Βαλκανίων ονομάζεται συνήθως “τουρκικός”, ή “ελληνικός” (τα τελευταία χρόνια) ενώ στην Κύπρο καλείται “κυπριακός”.

Βασικό εργαλείο της παρασκευής του ελληνικού καφέ είναι το λεγόμενο μπρίκι, μέσα στο οποίο πρέπει να βράσει (σχεδόν) το μίγμα του νερού (75ml), με τον καφέ και τη ζάχαρη που ανακατεύουμε στην αρχή με το αναδευτήρι ή το κουταλάκι.

Επίσης χαρακτηριστικό είναι και το καϊμάκι, ένας πηχτός αφρός που δημιουργείται κατά την βράση του καφέ. Η παρασκευή του ελληνικού καφέ θεωρείται επιτυχημένη όταν το καϊμάκι διατηρείται κατά το σερβίρισμά του. Σερβίρεται σε φλυτζάνι μικρό ή χοντρό (του καφέ), αργά, κατά τις ακόλουθες ονομασίες παρασκευής:

- Σκέτος (75 ml νερό + 1 κουταλάκι καφέ)
- Μέτριος (75 ml νερό + 1 κουταλ. καφέ + 1 κουταλ. ζάχαρη)
- Γλυκός (75 ml νερό + 1 κουτ. καφέ και 2 κουτ. ζάχαρη).

Άλλες ονομασίες όπως “βαρύ γλυκός”, ή “πολλά βαρύς” ή “βαρύ γλυκός και όχι”,

αφορούν την επιτυχία στο καϊμάκι με ανεβοκατέβασμα του μπρικιού όταν σερβίρεται στο φλυτζάνι συνήθως χοντρό.

- Όταν τοποθετούμε το μπρίκι στη χόβολη σκεπάζουμε αυτό μέχρι τη μέση τραβώντας με το κουταλάκι τη χόβολη γύρω του. Όταν ο καφές αρχίζει και φουσκώνει είναι έτοιμος για σερβίρισμα.
- Στο διπλό καφέ οι δοσολογίες απλά διπλασιάζονται.

Η παρασκευή του καφέ με αυτόν τον τρόπο, χωρίς φιλτράρισμα, προέρχεται σχεδόν σίγουρα από τον αραβικό κόσμο. Στην Ελλάδα ήρθε μέσω των Τούρκων, κατά τη διάρκεια της Οθωμανικής αυτοκρατορίας. Σύμφωνα με την παράδοση οι πρώτοι που παρασκεύασαν τέτοιου είδους καφέ ήταν οι Βεδουίνοι της Μέσης Ανατολής οι οποίοι έβαζαν την χύτρα του καφέ πάνω στην άμμο που κάλυπτε την στάχτη και τα κάρβουνα για να τα κρατήσει ζωντανά. Γι' αυτό υπάρχει και η παράδοση να ψήνεται ο καφές πάνω σε άμμο (στη χόβολη) στα παλαιομοδίτικα καφενεία. Η διάδοσή του στα Βαλκάνια πρέπει να είναι -σχεδόν σίγουρα- απόρροια της εμπορικής ακμής του λιμανιού της Υεμένης απ' όπου πρέπει να έφθασε και στον Ελλαδικό χώρο.

Η παρουσία του πρέπει να θεωρείται μακρά, από πολύ παλιά στην περιοχή, αφού στις αφηγήσεις για την άλωση της Κωνσταντινούπολης διάφοροι χρονικογράφοι αναφέρουν ότι η "Πόλις" είχε περί τα 300 με 500 καφενεία.

Η «εφεύρεση» του φραπέ

Ο καφές φραπέ είναι ένα ελληνικής επινόησης αφρώδες ρόφημα. Τα βασικά συστατικά του είναι στιγμιαίος καφές, ζάχαρη και νερό. Η εφεύρεσή του έγινε τυχαία κατά την διάρκεια της Διεθνούς Έκθεσης στη Θεσσαλονίκη το 1957, ο αντιπρόσωπος της ελβετικής εταιρίας Nestlé στην Ελλάδα Γιάννης Δρίτσας



παρουσίαζε ένα νέο προϊόν για παιδιά, ένα σοκολατούχο ρόφημα που παρασκευαζόταν στιγμιαία αναμιγνύοντάς το με γάλα και χτυπώντας το με σέικερ.



Ο Δημήτριος Βακόνδιος, υπάλληλος του Δρίτσα συνήθιζε να πίνει Nescafé που ήταν στιγμιαίος καφές και παρασκευαζόταν από την Nestlé. Σε ένα διάλειμμα που έκανε κατά την διάρκεια της έκθεσης θέλησε να πει καφέ αλλά επειδή δεν έβρισκε ζεστό νερό, σκέφτηκε να χρησιμοποιήσει το σέικερ για να φτιάξει τον καφέ του με κρύο νερό. Έβαλε καφέ, ζάχαρη και νερό, τα κούνησε και δημιούργησε τον πρώτο καφέ φραπέ της ιστορίας. Από το κούνημα ξεχύλησε ο καφές από το σέικερ και λέρωσε το κουστούμι του, αλλά γεννήθηκε το ρόφημα που θα λάτρευαν κατόπιν οι Έλληνες κι όχι μόνο. Μετά από χρόνια δήλωνε ότι δε μπορούσε να συνειδητοποιήσει πως ένα απλό πείραμα τον οδήγησε στην εφεύρεση του διασημότερου ροφήματος στην Ελλάδα.

Το προϊόν λανσαρίστηκε και έγινε επιτυχία σε όλη την Ελλάδα και καταναλώνεται όλο τον χρόνο. Από τη δεκαετία του '90 είναι το υπ' αριθμόν ένα ρόφημα και στην Κύπρο, όπου συνήθως σερβίρεται αδύνατος, χωρίς πολύ καφέ. Ο φραπέ πίνεται επίσης σε μικρές ποσότητες στην Ταϊλάνδη, στην Μαλαισία, και τα τελευταία χρόνια οι βαλκάνιοι μετανάστες στην Ελλάδα τον μετέφεραν στις πατρίδες τους αλλά χωρίς μεγάλη διάδοση και με διαφορές (π.χ. στην Βουλγαρία πολλές φορές χρησιμοποιείται κόκα-κόλα αντί νερού, ενώ στην Σερβία προστίθεται πάντα παγωτό). Εισήχθη πριν κάποια χρόνια και σε άλλες μεσογειακές χώρες, όπως Ισπανία, όμως δεν είχε μεγάλη επιτυχία.

Η λέξη *frappé* είναι γαλλική και σημαίνει χτυπημένος ή ανακατεμένος. Ως ξένη λέξη κανονικά δεν κλίνεται (ο φραπέ). Όμως, σε αντίθεση με τις περισσότερες γαλλικές λέξεις που έχουμε δανειστεί και παραμένουν άκλιτες, στην ονομαστική μερικές φορές αποκτάει κατάληξη και κλίνεται (ο φραπές, του φραπέ, οι φραπέδες κλπ.), κυρίως στην καθομιλουμένη. Άλλωστε αυτό παραπέμπει και στην κλίση της λέξης «καφές». Ενίοτε στον προφορικό λόγο απαντά η μορφή “φραπεδιά” (π.χ.: “Πιάσε μια φραπεδιά”) ή, σπανιότερα, “φραπεδούμπα” ή “φράπα”.

Στη Γαλλία *frappé* σημαίνει ένα παγωμένο ρόφημα που παρασκευάζεται επίσης χτυπώντας το σε σέικερ αλλά από γάλα ή χυμό φρούτων χωρίς καφέ, και δεν έχει σχέση με τον ελληνικό φραπέ.

Στην Ελλάδα το Νεσκούικ της Νεστλέ λανσαρίστηκε και ως σκόνη για ανάμειξη με κρύο γάλα και χτύπημα σε σέικερ, με την ονομασία Νεσκούικ Φραπέ.

Τα συστατικά του φραπέ είναι στιγμιαίος καφές, νερό, ζάχαρη και προαιρετικά γάλα. Ο φραπές χαρακτηρίζεται “σκέτος”, “μέτριος” ή “γλυκός” ως προς τις αναλογίες των συστατικών του. Κατασκευάζεται βάζοντας την επιθυμητή αναλογία καφέ και ζάχαρης σε ένα ψηλό ποτήρι ή σε σέικερ. Προσθέτοντας νερό σε ύψος ενός εκατοστού από τον πάτο του ποτηριού το μείγμα χτυπιέται στο σέικερ ή με ηλεκτρικό αναδευτήρα μέχρι να σχηματιστεί αφρός. Ακολούθως γίνεται προσθήκη πάγου και νερού και προαιρετικά γάλατος ή παγωτού. Σερβίρεται και πίνεται με καλαμάκι.

Ποικιλίες καφέ

Υπάρχουν δύο βασικά είδη καφεόδεντρου, ή καφέας τα οποία παράγουν τις δύο ποικιλίες οι οποίες και στηρίζουν το παγκόσμιο εμπόριο του καφέ: η καφέα Αραμπικά και η καφέα Ρομπούστα.

Η ποικιλία arabica

Είναι η αρχαιότερη από τις δύο ποικιλίες. Πιστεύεται ότι προέρχεται από την Αιθιοπία αλλά, όπως δηλώνει και η ονομασία της, καλλιεργήθηκε για πρώτη φορά στην Αραβική Χερσόνησο. Το 78% της παγκόσμιας παραγωγής καφέ είναι της ποικιλίας ‘arabica’. Ευδοκιμεί καλύτερα σε μεγάλα υψόμετρα, διαθέτει μία πολύ ραφιναρισμένη γεύση σε σύγκριση με τα υπόλοιπα είδη καφέ και περιέχει 1% καφεΐνη. Η ποικιλία arabica στις μέρες μας παράγεται κυρίως σε χώρες της Κεντρικής και Νότιας Αμερικής και είναι γνωστή για την έντονη αρωματική γεύση που δίνει στον καφέ. Από υψηλής ποιότητας ποικιλία arabica παρασκευάζονται οι διάφοροι τύποι ελαφρού καφέ (mild coffees).

Η ποικιλία robusta

Η ποικιλία robusta είναι ανθεκτικότερη στις ασθένειες του φυτού από την arabica, λόγω της σχεδόν διπλάσιας ποσότητας καφεΐνης που περιέχει (η καφεΐνη μπορεί να παραλύσει και σκοτώσει ορισμένα από τα έντομα που απειλούν το καφεόδεντρο). Είναι ένα “εύρωστο” είδος με υψηλή παραγωγή ανά φυτό. Ευδοκιμεί σε χαμηλότερα υψόμετρα και διαθέτει μία πιο δριμεία, σκληρή γεύση. Η ποικιλία robusta, που αποτελεί το υπόλοιπο 22% της παγκόσμιας παραγωγής, έχει τη δυνατότητα να προσαρμόζεται στα θερμά-υγρά κλίματα, στα οποία η arabica δεν ευδοκιμεί. Παρά την περισσότερο ουδέτερη γεύση του σε σχέση με την arabica, η ποικιλία robusta έχει αυξημένη δημοτικότητα, ιδιαίτερα στη μορφή του διαλυτού καφέ.

Τα περισσότερα διακινούμενα σήμερα προϊόντα καφέ είναι συσκευασμένα μίγματα

σε διάφορους συνδυασμούς των δύο ποικιλιών με διαφορετικά χαρακτηριστικά προκειμένου να ικανοποιήσουν την επιθυμητή γεύση και άρωμα από το καταναλωτικό κοινό.

Η δράση του καφέ

Η πιο γνωστή επίδραση του καφέ αφορά στο νευρικό σύστημα. Σε λογικές ποσότητες, ο καφές βελτιώνει τις πνευματικές ικανότητες, καθώς προκαλεί εγρήγορση και μείωση της ανίας. Ο βασικός λόγος είναι ότι καφές περιέχει καφεΐνη, ένα αλκαλοειδές που δρα ως τονωτικό. Για αυτό το λόγο ο καφές συνήθως καταναλώνεται πρωινές ώρες ή κατά τη διάρκεια της εργασίας. Περισσότερο ευαίσθητα στη δράση της καφεΐνης είναι τα άτομα τρίτης ηλικίας, ειδικά όσον αφορά στον ύπνο. Αντίθετα, τα παιδιά δεν είναι πιο ευάλωτα από τους ενηλίκους, σε μικρές δόσεις καφέ. Συχνά, μαθητές και φοιτητές διατηρούν την προσοχή τους στο πολύωρο διάβασμα που απαιτούν οι εξετάσεις, με τη βοήθεια του καφέ.

Στον ανθρώπινο εγκέφαλο η καφεΐνη προκαλεί αγγειοσυστολή, ενώ στα περιφερειακά αγγεία, διαστολή. Δεν είναι λοιπόν τυχαία η χρήση της σε αρκετά φάρμακα για την καταπολέμηση της ημικρανίας.

Υπερβολική κατανάλωση καφέ είναι δυνατό να προκαλέσει νευρικότητα, άγχος και αϋπνία. Στα περισσότερα άτομα, οριακή ποσότητα αντιστοιχεί η κατανάλωση 600mg καφεΐνης την ημέρα. Έρευνες έχουν δείξει ότι ο καφές μπορεί σε υψηλές ποσότητες (άνω των 5 γραμμαρίων καφεΐνης) να προκαλέσει δηλητηρίαση, γνωστή με την ονομασία καφεΐνισμός, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε θανατηφόρο κώμα. Τέλος, πρέπει να σημειωθεί ότι μπορεί να παρατηρηθεί εθισμός στον καφέ, όχι όμως λόγω της καφεΐνης, αλλά εξαιτίας ενός άλλου συστατικού του, της μεθυλξανθίνης.

Πηγές



[wikipedia.gr](https://www.wikipedia.gr) | [misseyanis.gr](https://www.misseyanis.gr) | el.wikipedia.org | [freshcoffeeshop.com](https://www.freshcoffeeshop.com)