

HIỂU HẾT VỀ

CAFÉ

HOW TO MAKE COFFEE: THE SCIENCE BEHIND THE BEAN

Text copyright © 2015 Lani Kingston

Design and layout copyright © 2015 Quarto Publishing plc

First published by Ivy Press, an imprint of the Quarto Group

All rights reserved.

HIỂU HẾT VỀ CÀ PHÊ: KHOA HỌC VÀ NGHỆ THUẬT ẨN SAU CÁC LOẠI HẠT

Bản quyền tiếng Việt © 2024, Công ty Cổ phần Sách Alpha

Alpha Books - Better Knowledge, Better Success

Thương hiệu sách Quản trị kinh doanh số 1 thị trường

Alpha Books không bán sách, chúng tôi bán những kinh nghiệm và kiến thức kinh doanh, quản trị hàng đầu thế giới.

Không phần nào trong xuất bản phẩm này được phép sao chép hay phát hành dưới bất kỳ hình thức hoặc phương tiện nào mà không có sự cho phép trước bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách Alpha. Chúng tôi luôn mong muốn nhận được những ý kiến đóng góp của quý vị độc giả để sách ngày càng hoàn thiện hơn.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Kingston, Lani

Hiểu hết về cà phê = How to make coffee : Khoa học và nghệ thuật ẩn sau các loại hạt / Lani Kingston ; Kiểu Ấn dịch. - H. : Thế giới ; Công ty Sách Alpha, 2024. - 240 tr. ; 21 cm
ISBN 978-604-77-5231-7

1. Cà phê

641.3373 - dc23

TGF0554p-CIP

Góp ý về sách, liên hệ về bản thảo và bản dịch: publication@alphabooks.vn

Liên hệ hợp tác về nội dung số: ebook@alphabooks.vn

Liên hệ hợp tác xuất bản & truyền thông trên sách: publication@alphabooks.vn

Liên hệ dịch vụ tư vấn, đại diện & giao dịch bản quyền: copyright@alphabooks.vn

LANI KINGSTON

HIỂU HẾT VỀ

CAFÊ



HOW TO MAKE COFFEE

Kiểu Ấn dịch



HỘI ĐỒNG CỐ VẤN XUẤT BẢN

Nông Vương Phi

CEO Công ty Phi&P

Bùi Kim Thủy - Đại diện Cấp cao của
Hội đồng Kinh doanh Hoa Kỳ - ASEAN

Đặng Thanh Vân

Chủ tịch HĐQT Thanks

Đoàn Đức Thuận - Phó TGD về
Chiến lược và Marketing - Kowil Fashion

Lê Quang Vũ

CEO Blue C

Lê Quốc Vinh

Chủ tịch Lebros

Nguyễn Anh Tú

Giám đốc NXB Kinh tế Quốc dân

Nguyễn Đình Thành

Đồng sáng lập Elite PR School

Nguyễn Minh Tuấn

CEO AFA Capital

Nguyễn T. Quỳnh Trang

Phó Chủ tịch CSMO

Võ Trí Thành - Viện trưởng Viện nghiên cứu
Quản lý Kinh tế CIEM

Nguyễn Cảnh Bình

Chủ tịch HĐQT Alpha Books

ĐỘI NGŨ TRIỂN KHAI ALPHA BOOKS

Chịu trách nhiệm xuất bản: Đỗ Nguyệt Anh

Điều phối viên: Thùy Chi

Thiết kế bìa: Trang Fu

Trình bày: Vũ Lê Thư

Thư ký xuất bản: Thủy Nguyễn

Bản quyền: Thiên Hương

Phụ trách Marketing: Kim Chi

Alpha Books không bán sách, chúng tôi bán những kinh nghiệm và kiến thức kinh doanh, quản trị hàng đầu thế giới.

Alpha Books – Better Knowledge, Better Success

Mục lục

Cà phê nguyên bản
như bản thể con người ☪ 7

Lời giới thiệu ☪ 11

CHƯƠNG MỘT

Hạt cà phê ☪ 13

CHƯƠNG HAI

Thành phần hóa học ☪ 51

CHƯƠNG BA

Rang và xay ☪ 84

CHƯƠNG BỐN

Pha chế, chiết xuất
và độ cân bằng ☪ 121

CHƯƠNG NĂM

Cà phê và công nghệ ☪ 149

CHƯƠNG SÁU

Cách pha cà phê ☪ 181

Lời bạt ☪ 232

Danh mục tài liệu ☪ 233

Nguồn tham khảo ☪ 235

Lời cảm ơn ☪ 236

Bản quyền hình ảnh ☪ 238

Cà phê nguyên bản như bản thể con người

- Tiến sĩ Hoàng Thị Thu Phương
Co-Founder Kafela Coffee

Không chỉ là một phần của văn hóa ẩm thực, trải nghiệm cà phê còn thể hiện dấu ấn văn hóa của mỗi cá nhân. Việc trải nghiệm một tách cà phê tươi mới đúng gu, đúng vị yêu thích mang lại niềm hạnh phúc và cảm giác thỏa mãn. Đối với nhiều người, tự pha cà phê đã trở thành một thú vui thanh thơi giúp giải phóng bản thân khỏi áp lực của cuộc sống bận bịu, khơi tỏa cảm xúc tốt đẹp. Những câu chuyện về hạt cà phê, kho tàng hương vị cà phê phong phú, phương thức pha chế và phong cách thưởng thức khiến cho cà phê không còn là một thức uống thông thường, mà trở thành một trải nghiệm đặc biệt đáng có trong đời sống của người uống cà phê trên khắp thế giới.

Cuốn sách *Hiểu hết về cà phê* mang lại sự hiểu biết về đặc tính của hạt cà phê tự nhiên, khiến chúng ta thêm yêu cà phê nguyên bản. Tính nguyên bản của cà phê có được khi trái cà phê được chăm bón và thu hái tự nhiên, các hạt cà phê được sàng lọc kỹ lưỡng theo những tiêu chí chất lượng riêng của từng giống, loại.

Quy trình chế biến, rang xay, pha chế chuyên biệt, tôn trọng đặc tính của từng loại hạt cà phê trong toàn bộ chu trình “Từ nông trại đến ly”. Sau đấy, tùy theo cảm quan và ý niệm của riêng mỗi người, nghi thức và phong cách thưởng thức được lựa chọn hướng đến hương vị hoàn hảo, trọn vẹn của chính cà phê với đặc trưng riêng của từng loại hạt.

Napoleon từng nói: “Mỗi buổi sáng thức giấc nếu không có tách cà phê tôi thấy mình thật vô vị”. Cà phê là thức uống đầy màu sắc và hương vị. Những người yêu cà phê nguyên bản luôn đến với cà phê bằng tâm thế cởi mở, mong muốn khám phá thế giới hương vị phong phú được kể bởi các loại hạt qua cảm nhận đa giác quan. Người làm ra cà phê chất chiu từng chút để làm nổi bật được hương vị tuyệt hảo của cà phê nguyên bản, người uống cà phê cần đủ chăm chú để có thể cảm nhận trọn vẹn những hương vị đặc sắc ấy. Cuốn sách dẫn dắt chúng ta thấu hiểu sâu sắc những hương vị đặc trưng của cà phê như mùi thơm của cà phê tự nhiên, vị đắng nổi bật của Robusta, vị chua sáng khoái đầy hứng khởi của Arabica, vị ngọt hậu mượt mà, tinh tế, sự trong trẻo và thuần khiết... để chúng ta có thể cảm nhận và thưởng thức trọn vẹn từng nét hương vị ngay cả khi chúng đã được hòa quyện trong sự cân bằng hoàn hảo.

Hiểu về cà phê, chúng ta nhận thấy cà phê nguyên bản như bản thể con người. Bản thể con người nói về nhận thức bản thân, các khía cạnh cá nhân của mỗi

người khiến họ “là duy nhất” hay “khác biệt hoàn toàn với người khác”. Xác định đúng bản thể của mình, chúng ta sẽ có sự tin tưởng vào việc sống một cuộc sống đích thực. Tập trung vào điều gì là thực sự có ý nghĩa khi thưởng thức một ly cà phê hoàn hảo, cũng giống như dành thời gian để suy ngẫm về điều gì là quan trọng đối với chúng ta, điều gì thực sự là niềm tin của chúng ta. Nếu không làm điều này thì cũng giống như chúng ta đang mang sai hành lý – thứ khiến chúng ta không thể tìm thấy con người đích thực của mình, cũng giống như quá tập trung vào bối cảnh, tạp âm, sự phù phiếm sẽ cản trở bạn thưởng thức trọn vẹn những hương vị quý của cà phê nguyên bản.

Những ly cà phê ngon không chỉ mang theo hương vị hảo hạng mà còn chứa nhiều tâm sự và xúc cảm về cuộc sống, mang khao khát được dẫn thân, được cống hiến nhiệt thành để khơi tỏa được thật nhiều yêu thương và lan xa những tư duy tích cực, hướng thượng. Do đó, trải nghiệm cà phê thú vị không đóng khung cảm xúc của mỗi người trong những khuôn mẫu hay quy tắc màu sắc, hình khối hay câu chuyện viết sẵn... Ly cà phê ưa thích có thể nói chúng ta thuộc mẫu người nào. Truyền thống, hướng nội như cà phê phin hay hiện đại, hướng ngoại như cà phê máy. Người uống cà phê thể hiện một phần tính cách và phong cách sống qua trải nghiệm cà phê hằng ngày của họ. Người yêu thích cà phê nguyên bản và có sự am hiểu về cà phê thường có tính cách chân thực,

phóng khoáng với phong cách sống đơn giản, mộc mạc nhưng chú trọng trải nghiệm sống chất lượng và giàu cảm xúc. Họ thích sự tinh túy được thể hiện một cách đơn giản và luôn biết cách giữ mình hài hòa với nhịp điệu cuộc sống, cởi mở và chấp nhận những điều đã qua và hướng về tương lai.

Cuốn sách *Hiếu hết về cà phê* khơi gợi cảm hứng về trải nghiệm cà phê như một phần tất yếu của cuộc sống.

Lời giới thiệu

Hiểu hết về cà phê không phải là một cuốn sách dạy công thức, một tuyển tập về các loại hạt hay một phụ kiện phong cách sống; ấn phẩm là lời giải thích về các nguyên tắc khoa học đằng sau nghệ thuật pha cà phê, với hướng dẫn từng bước rõ ràng giải thích đầy đủ các phương pháp pha cà phê chính cũng như các loại hạt, cách rang và xay nào là tốt nhất dành cho chúng.

Cà phê du nhập sang châu Âu vào khoảng thời kỳ Phục Hưng. Nó đến từ châu Phi và theo một truyền thuyết rất hấp dẫn, chính những con dê đã phát hiện ra cà phê hoặc ít nhất là có một người chăn dê tình ý đã nhận thấy tác dụng của một loại cây nào đó đối với đàn gia súc của mình. Nó có vẻ là một sản phẩm rất phù hợp với thời đại: được tạo ra từ sự kết hợp giữa nghệ thuật, khoa học, khám phá và sự tò mò của con người, đúng là thức giải khát cần thiết cho bộ não thời Phục Hưng vốn đang trong tình trạng cảnh giác cao độ để xử lý những đột phá, phát minh, sáng tạo và thay đổi hệ hình của thời đại. Hoặc có thể, do tác dụng của caffeine lên não, nó là một trong những nguyên nhân mở ra thời kỳ Phục Hưng...

Khó ngờ nhưng chắc chắn chính tính chất hóa học của cà phê đã khiến nó tương thích với cơ thể và

não bộ con người, khiến nó trở thành thức uống được yêu thích trên thế giới. Cấu trúc phân tử của caffeine, thành phần hoạt chất rất giống với một hợp chất trong cơ thể con người có chức năng kiểm soát một phần hệ thần kinh. Hợp chất này - adenosine - làm giảm hoạt động thần kinh, trong khi caffeine ngăn chặn adenosine kết nối với các thụ thể của nó và từ đó [não bộ] có thể tái tạo năng lượng một cách hiệu quả.

Cà phê là kết quả của việc cố gắng biến caffeine thành thứ mà cơ thể người có thể sử dụng an toàn. Trồng trọt, thu hoạch, chế biến, rang, xay, pha trộn [các loại hạt], trộn với nước, sử dụng nhiệt, chiết xuất, pha chế, tạo ra máy móc để tinh chỉnh các quy trình - đây đều là những ứng dụng dựa trên cơ sở khoa học. Hiểu biết về khoa học cà phê - thực vật học, địa lý, hóa học, vật lý, kỹ thuật cũng như nghệ thuật - pha trộn và cân bằng - giúp tạo ra tách cà phê hoàn hảo. Ví dụ: nếu bạn hiểu tại sao nước phải có nhiệt độ nhất định, kích thước của các phân tử cà phê ảnh hưởng đến quá trình chiết xuất như thế nào, tỷ lệ lý tưởng của bột cà phê so với nước là bao nhiêu, tốc độ hòa tan các hợp chất khác nhau và thành phẩm của quá trình pha chế giữ được chất lượng bao lâu ở trong cốc... thì bạn đã nắm được các nguyên tắc ẩn sau việc pha cà phê, dù bằng bất kỳ phương pháp nào, đồng thời bạn và các khách hàng sẽ không bao giờ phải uống một tách cà phê đắng nghét do có cặn, chiết xuất quá độ hoặc một ly pha quá nhiều nước nhạt toẹt.

CHƯƠNG MỘT

HẠT CÀ PHÊ



Vành đai cà phê

Cà phê là một trong những loại hàng hóa tự nhiên được buôn bán có giá trị nhất trên thế giới, chỉ đứng sau dầu mỏ, và được sản xuất cũng như tiêu thụ trên toàn cầu. Loại hạt trời phú này được cho là có nguồn gốc phát triển từ những khu vực hoang dại ở Đông Phi, công cuộc thám hiểm toàn cầu đã đưa nó đến với nhiều nền văn hóa khác nhau. Ngày nay, cây cà phê được trồng ở hơn 70 quốc gia trong khu vực, được gọi là “vành đai cà phê”.

KHỞI ĐẦU CỦA VĂN HÓA CÀ PHÊ

Mặc dù chưa xác định được căn nguyên chính xác của việc tiêu thụ cà phê, có khả năng nó được phát hiện lần đầu tiên ở Ethiopia. Người ta cho rằng vào một thời điểm nào đó trước năm 1000, các bộ lạc Ethiopia bắt đầu nghiền quả cà phê có chứa hạt và trộn chúng với mỡ động vật, tạo ra một loại thanh năng lượng đảm bảo sức khỏe cho họ trong những chuyến đi săn hoặc hành trình dài. Đến nay, một số bộ lạc du mục vẫn tiêu thụ những thanh năng lượng kiểu này.

Một truyền thuyết nổi tiếng kể rằng loài người tình cờ biết đến cà phê khi một thanh niên Ethiopia đi chăn dê phát hiện đàn dê của mình nô nhảy không mệt mỏi sau khi ăn một loại cây lạ. Sau khi tự mình

ném thử một ít và cảm thấy tràn đầy năng lượng, người chăn dê đã mang một ít giống cây thần kỳ này về cho cộng đồng của mình. Lời đồn lan truyền, và phần còn lại là lịch sử.



Bản in khắc hình một quán cà phê ở Đức thế kỷ XVII.

Bằng chứng sớm nhất về việc con người canh tác cây cà phê chỉ dẫn tới Yemen vào thế kỷ XV. Phần lớn những câu chuyện về việc tìm ra cà phê cũng như làm thế nào giống cây này di chuyển đến Bán đảo Ả-rập chỉ là phỏng đoán. Một số câu chuyện kể về những nô lệ Sudan nhai quả cà phê để giúp họ sống sót trên hành trình từ Ethiopia đến Ả-rập; một số kể về một học giả Hồi giáo quan sát tác dụng tăng cường sinh lực của cà phê trong chuyến đi đến Ethiopia và đã