

**PRÍRUČKA**

---

**PRE  
MILOVNÍKOV  
KÁVY**

---

**CANDACE ROSE  
RARDON**



**Ljndeni**

# Príručka pre milovníkov kávy

Vyšlo aj v tlačovej podobe

Objednať môžete na  
[www.lindeni.sk](http://www.lindeni.sk)  
[www.albatrosmedia.sk](http://www.albatrosmedia.sk)

## Ljndeni

Candace Rose Rardon

**Príručka pre milovníkov kávy – e-kniha**

Copyright © Albatros Media a. s., 2022

Všetky práva vyhradené.  
Žiadna časť tejto publikácie nesmie byť rozširovaná  
bez písomného súhlasu majiteľov práv.

  
**ALBATROS MEDIA**

**PRÍRUČKA**



**PRE  
MILOVNÍKOV  
KÁVY**



**CANDACE ROSE  
RARDON**

**Ljndeni**

Candace Rose Rardon  
**Príručka pre milovníkov kávy**

Prvé slovenské vydanie.

Vydalo vydavateľstvo Lindeni v roku 2021

v spoločnosti Albatros Media Slovakia, s. r. o.,

so sídlom Mickiewiczova 9, Bratislava, Slovenská republika.

Číslo publikácie 2 455

Zodpovedná redaktorka Lucia Lenická

Jazyková korektúra Jana Popovicsová

Odborná korektúra Ladislav Király

Sadzba Petr Klíma

Copyright © 2021 by Quirk Productions, Inc.

Translation © Lucia Lenická, 2021

Slovak edition © Albatros Media Slovakia, s. r. o., 2021

Všetky práva sú vyhradené. Žiadna časť tejto publikácie sa nesmie kopírovať a rozmnožovať za účelom rozširovania v akejkoľvek forme alebo akýmkoľvek spôsobom bez písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN v tlačenej verzii 978-80-566-2439-5

ISBN e-knihy 978-80-566-2488-3 (1. zverejnenie, 2022) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-566-2489-1 (1. zverejnenie, 2022) (mobi)

ISBN e-knihy 978-80-566-2487-6 (1. zverejnenie, 2022) (ePDF)

Cena uvedená výrobcom predstavuje nezáväznú odporúčanú spotrebiteľskú cenu.

Objednávky kníh:

[www.albatrosmedia.sk](http://www.albatrosmedia.sk)

[eshop@albatrosmedia.sk](mailto:eshop@albatrosmedia.sk)

tel.: 02/4445 2046

Môjmu otcovi Robovi – ďakujem  
za všetky naše sobotné rána  
v *Kitchen Emporium* a za to,  
že mi odovzdal lásku ku káve

# OBSAH



<b>ÚVOD</b> . . . . .	6
-----------------------	---

## **KÁVOVÉ ZÁKLADY**

Čo je káva? . . . . .	10
Anatómia kávovej čerešne . . . . .	12
Vrcholy kávovej histórie . . . . .	14
Pojmy, ktoré by mal poznať každý milovník kávy	19
Ako sa vyrába káva. . . . .	23
Čerstvosť kávy. . . . .	31
Celé zrná vs. mletá káva . . . . .	32
Typy kávy. . . . .	35
Chuť kávy. . . . .	38
Pestovateľské územia . . . . .	40
Obsah kofeínu . . . . .	49
Kofeínový rebríček – porovnanie . . . . .	52
Ako skladovať kávu . . . . .	53
Poznámka ku kvalite vody. . . . .	54
Kávové doplnky. . . . .	55
Obľúbené espresso nápoje . . . . .	58

## **SPÔSOBY PRÍPRAVY**

Ručná príprava . . . . .	68
French press . . . . .	78
Aeropress. . . . .	80
Chemex . . . . .	83
Moka kanvička . . . . .	87
Vákuový kávovar (vacuum pot) . . . . .	90
Cold brew . . . . .	93

## **KÁVOVÉ TRADÍCIE NAPRIEČ SVETOM**

Etiópsky obrad buna . . . . .	98
Arabská qahwa. . . . .	101
Senegalské café touba . . . . .	103
Turecké türk kahvesi . . . . .	104
Rakúske wiener melange . . . . .	106
Francúzske café au lait. . . . .	108
Švédska fika . . . . .	109
Fínske kaffeost . . . . .	111
Nemecký pharisäer . . . . .	113
Írska káva (Irish coffee). . . . .	114
Americká kovbojská káva (cowboy coffee) . . . . .	115
Kolumbijské tinto . . . . .	117
Mexické café de olla . . . . .	119
Juhoidická filtrovaná káva. . . . .	121
Indonézske kopi luwak. . . . .	123
Vietnamské cà phê sũa đá . . . . .	124
Thajské oliang. . . . .	126
Japonské kan kōhī . . . . .	127

## **PODÁVANIE KÁVY**

Ako hostiť cupping. . . . .	130
Kávové kokteily. . . . .	135
Kávové trendy. . . . .	136
Jednoduchý recept na biscotti . . . . .	138

## **ZDROJE**

Spríevodca etickou kávou. . . . .	140
Ako nájsť a nakupovať výberovú kávu . . . . .	141
Ďalšie čítanie . . . . .	143

<b>POĎAKOVANIE</b> . . . . .	144
------------------------------	-----

# ÚVOD



*„Ranná šálka kávy vyvoláva povznášajúci pocit, ktorý od povzbudzujúceho vplyvu poobednej či večernej šálky čaju nemožno očakávať.“*

**Oliver Wendell Holmes Sr.,**  
americký lekár a básnik 19. storočia

Každodenne sa na celej planéte vypije približne 1,6 miliardy šálok kávy, pričom štvrtinu tohto množstva si pripisujú len Spojené štáty americké. Káva je hneď po oleji druhou najobchodovanejšou komoditou na svete a vďaka týmto štatistikám hrá vo svetovej ekonomike ohromnú rolu. Avšak vďaka cestovaniu po svete som sa za posledných desať rokov stala svedkyňou toho, aká je káva dôležitá na tej najdrobnejšej úrovni – na úrovni obyčajného človeka.

Zavítala som do rodinných kuchýň v štáte Tamilnádu v Indii, kde ma naučili, ako pripraviť bohatú krémovú filtrovanú juhoindickú kávu. Nadviazala som priateľstvá v najstarších európskych kaviarňach vo Viedni a Paríži či v kolumbijskej Cartagene, kde som si kupovala *tinto* u potulného kaviarnika Wilmeta a usrkávala ju z maličkých polystyrénových pohárov. Káva je nepochybne jeden z najvýznamnejších svetových nápojov. Toto je pár jej najzásadnejších atribútov:



**Káva je o povzbudení.** Každé malé kávové zrnko obsahuje vyše tisíc chemických zložiek, ktoré káve dodávajú jej jedinečnú arómu a chuť. Pre milovníkov kávy je často kofeín tým najcennejším elementom. Veď čo by sme robili bez nášho ranného životabudiča?

**Káva sa vyvíja.** Ako nápoj sa káva konzumuje posledných päťsto či šesťsto rokov. V porovnaní s päťtisícročnou históriou čaju sa javí ako pomerne mladá. Niektoré najpopulárnejšie prípravné metódy, ako napríklad aeropress a hario V60, boli vynájdené len nedávno – v 21. storočí.

**Káva je celosvetová.** Káva nie je len dôležitou súčasťou kultúr naprieč svetom. Neobyčajné je tiež jej fyzické dobrodružstvo od semienka až k šálke. Najviac kávy sa vypije v krajinách, ktoré ju nepestujú, takže aby sa veľavážená dávka dostala až do našej šálky, musí prejsť cez celé oceány a kontinenty.

**Káva je o spoločenstve.** Špecializovaný kávový priemysel si túto cestu ctí tým, že mnohé pražiarne získavajú kávu priamo od pestovateľov, čím udržiavajú a rozvíjajú vzťahy s farmármi a následne zdieľajú svoje príbehy so zákazníkmi. Vzťahy a príbehy – to je celá pointa kávy od jej samého počiatku.

Ak čítate túto knihu, nepochybujem o tom, že zdieľame spoločnú lásku ku káve. Mojmým zámerom je pomôcť vám dokázať ju oceniť ešte viac za jej jemné spektrum

chutí a vôní, celistvú históriu a za to, že pri dosahovaní toho najlepšieho z nášho obľúbeného nápoja môžeme zastávať podstatnú úlohu.

# **KÁVOVÉ ZÁKLADY**



## ČO JE KÁVA?



Príbehy o pôvode mnohých celosvetovo obľúbených nápojov sú opradené legendami a káva nie je výnimkou. Objavenie kávy sa datuje približne do roku 850 n. l. – a hoci existuje množstvo verzií tejto legendy, všetky vychádzajú z príbehu mladého pastiera kôz menom Kaldi v Etiópii.

Príbeh hovorí o tom, že Kaldiho stádo bolo za bežných okolností pokojné a dobre vychované. Jedného dňa ho však ohromil pohľad na to, ako kozy zrazu tancujú a skáču; pohostili sa totiž na žiarivo červených bobuliach rastúcich na okolitých stromoch. Keď Kaldi sám bobule ochutnal, nielenže pocítil povzbudenie, ale čoskoro sa aj on sám roztancoval. Zvedavosť ho donútila vziať pár bobúľ do miestneho súfijského kláštora. Opát okamžite vyhlásil bobule za „diablovo dielo“ a hodil ich do ohňa. Po chvíli sa však začala z plameňov šíriť lahodná vôňa, kvôli ktorej mnísi zachránili čerstvo opražené bobule a ponorili ich do vody – a tým pripravili vôbec prvú šálku kávy na svete.

Stromy, ktoré v ten osudný deň objavili v Etiópii Kaldiho kozy, neboli nič iné, než tropický vždyzelený ker, dnes známy ako kávovník – *Coffea*. Existuje viac ako 120 druhov kávovníka, ale takmer všetka celosvetovo pes-

tovaná a konzumovaná káva sa vyrába len z dvoch: *Coffea arabica* a *Coffea canephora* – lepšie známa ako *robusta*.

Najprekvapujúcejšia je pravdepodobne skutočnosť, že káva je ovocie! Nápoj sa vyrába z ovocia kávovníkového stromu, ktorému sa hovorí kávová čerešňa. Prakticky ju môžete jesť aj priamo zo stromu, keďže ide o ovocie, ale kúžlo kávy, ako ho poznáme, pochádza z dvoch semienok, ktoré rastú vo vnútri každej čerešne – a tie nazývame kávové „zrná“. Hoci Kaldi a jeho tancujúce kozy jedli zrná priamo zo stromu, dnes našej rannej šálke potešenia predchádza omnoho viac. Šesť hlavných krokov výroby kávy je:

PESTOVANIE  
ZBER  
SPRACOVANIE

PRAŽENIE  
MLETIE  
VARENIE

O týchto krokoch si čoskoro povieme viac, každý je totiž samostatným malým svetom. Uvidíte, že káva bola od začiatku dobrodružstvom – a hoci dnes o nej vieme omnoho viac než Kaldi, jej milovníci majú ešte stále veľa čo objavovať a skúmať.

# ANATÓMIA KÁVOVEJ ČEREŠNE



V kávovej čerešni sa toho deje oveľa viac než len rast dvoch typických zrn. Pozrime sa bližšie na jej vrstvy:

**Koža (exokarp):** Vonkajšia koža čerešne.

**Dužina (mezokarp):** Tvorí ju voda a cukor. Keď sa vyberú zrná, zvyšky kože a dužiny sa môžu vysušiť, čím vznikne *cascara* (zo španielskeho slova „lúpať“), z ktorej sa môže pripraviť niečo ako čajový odvar.

**Sliz (parenchým):** Lepkáva vrstva bohatá na cukor, ktorá pokrýva každé semienko.

**Pergamen (endokarp):** Šupka okolo každého semienka, pripomínajúca papier.

**Strieborná koža (spermoderm):** Ďalšia vrstva okolo každého semienka, ktorá sa stráca počas praženia (známe ako „plevy“).

**Zrno (endoderm):** Väčšina kávových čerešní obsahuje dve zrná (alebo semienka). Avšak 5 % čerešní vyprodukuje len jedno zrno, ktoré poznáme ako *perlu* (angl. *pea-berry*; viac na strane 21).

