

Jak poznáme kvalitu?

SVĚT KÁVY

MOTTO:

Kvalita za spotřebitelem,
spotřebitel za kvalitou
.....

PUBLIKACE ČESKÉ
TECHNOLOGICKÉ PLATFORMY
PRO POTRAVINY
.....

Lenka Brzoňová
2. přepracované vydání





OBSAH

Předmluva	3
Úvod	4
1. Historie	4
2. Kvalitativní požadavky na kávu – základní definice	6
3. Kávovník a jeho pěstování a zpracování	6
3.1. Druhy kávy	6
4. Pěstování a zpracování kávy	8
4.1. Sklizeň	8
4.2. Zpracování kávy	8
4.3. Světový obchod s kávou	9
4.4. Příprava směsí	10
4.5. Pražení	10
4.6. Mletí a balení pražené kávy	11
4.7. Káva instantní	11
4.8. Káva bez kofeinu	12
5. Členění a označování kávy, smyslové, fyzikální a chemické požadavky na jakost kávy	13
5.1. Jak se orientovat v kvalitě pražené kávy	13
5.2. Falšování kávy	15
6. Kávoviny	15
6.1. Jak se orientovat v kvalitě kávovin?	16
7. Způsoby přípravy kávy	16
7.1. „Stroje“ na kávu	16
7.2. Turecká káva připravená v džezvě	17
7.3. Český „turek“	17
7.4. Moka express	17
7.5. Chemex	17
7.6. French Press	17
7.7. A několik rad na závěr	18
8. Mýty o kávě, dotazy spotřebitelů	18
9. A pár zajímavostí na závěr	20
Slovo o autorce	20
Literatura	20
Edice – Jak poznáme kvalitu?	21

Publikace byla vydána za podpory Ministerstva zemědělství ČR v rámci priority pracovní skupiny Potraviny a spotřebitel při České technologické platformě pro potraviny.

ISBN 978-80-87719-53-4 (Sdružení českých spotřebitelů, z. ú.)

ISBN 978-80-88019-20-6 (Potravinářská komora České republiky)

Předmluva

Kvalita potravin je pojem velmi relativní, neboť každý jedinec ji vnímá odlišně a subjektivně. Spotřebitel z dostupných informací ne vždy dokáže kvalitu posoudit, výrobky porovnat a vybrat si podle jemu vyhovujícímu a jím očekávanému stupni kvality – a v tom spatřujeme hlavní problém.

Potravinová legislativa v řadě případů zahrnuje minimální požadavky zaměřené na kvalitu a primárně se soustřeďuje především na bezpečnost (zdravotní nezávadnost) produktu. Považujeme proto za nutné zaměřovat se na posilování vnímání kvality spotřebitelem, včetně identifikace určujících činitelů pro výběr potravin. Každý by se měl umět rozhodnout na základě kvalitativních (zejména) ukazatelů a nenechat se ovlivňovat pouze jedním, mnohdy zavádějícím, ukazatelem – cenou.

Jsme přesvědčeni, že na našem trhu je široká nabídka potravin, od domácích producentů i z dovozu, a to kvalitních, samozřejmě i méně kvalitních a nepochybně i nekvalitních. Prakticky u každé komodity nalezneme v obchodě levnější i dražší produkt, obvykle v souvislosti s nižší a vyšší kvalitou. A když si nevybereme, můžeme jít jinam. Za naprosto tendenční a zavádějící považujeme proto dehonestující invektivu, že naše země je „popelnici Evropy“.

Spotřebitel si může vybrat a chceme mu v tom pomáhat. O to se snaží Česká technologická platforma pro potraviny (ČTPP) a její pracovní skupina Potraviny a spotřebitel, jejíž činnost koordinuje Sdružení českých spotřebitelů. Chtěli bychom hledat a vyvíjet nástroje a platformy, které spotřebiteli účinněji napomohou orientovat se v kvalitě na trhu potravin. Prostředky k tomu máme ovšem velmi omezené. Daří se alespoň postupně vydávat publikace, které se týkají kvality jednotlivých komodit potravin. Snažíme se i o odbourávání „mýtů“ o některých potravinách či produkčních technologiích, jež šíří některá média, stejně jako někteří samozvaní „výživoví poradci“.

Věříme, že vás edice „Jak poznáme kvalitu?“ zaujala. V závěru publikace, která se vám nyní dostává do rukou a kterou jsme vám připravili ve druhém přepracovaném vydání, je k dispozici seznam vydaných titulů v této edici a blízký ediční plán.

Jsme si vědomi mnoha aktuálních problémů s kvalitou potravin. Přesto věříme, že obecně je kvalita potravin velmi dobrá a je na spotřebiteli, aby byla ještě lepší. Je především spotřebitel, který svou poptávkou nabídku a kvalitu na trhu ovlivňuje.

*Ing. Libor Dupal, předseda pracovní skupiny Potraviny a spotřebitel při ČTPP
a předseda Sdružení českých spotřebitelů*

ÚVOD

Káva je oblíbený nápoj, který se pije na celém světě z různých důvodů a při různých příležitostech: k relaxaci, ve společnosti, při pracovních jednáních a také k povzbuzení unavené mysli i ducha. S malou nadsázkou se dá říci, že káva patří ke společenským rituálům. Lidé na celém světě běžně pijí kávu, ale svět kávy zůstává pro mnohé neznámý.

Kávu pijeme pro její chuť a vůni, ale také pro povzbuzivý vliv na naši náladu, čilost a také proto, aby nám pomohla proti únavě či ospalosti. Káva je pro většinu z nás každodenní součástí dne a obvykle tou příjemnější.

1. HISTORIE

O kávě existuje množství různých bájí a pověstí. Podle jedné z nich kávu objevil habešský pastýř jménem Kaldi, který pásł kozy. Všiml si, že se jeho kozy chovají obzvláště bujně a večer nechtějí spát a to vždy, když se napasou tmavě červených bobulí z nedalekého keře. Svěřil se opatovi z nedalekého kláštera a ten plody vyzkoušel sám na sobě a brzy začali kávu pít i ostatní mniši, aby byli svěžeji při večerních bohoslužbách.

Podle některých pramenů se začala káva pěstovat v Jemenu v roce 575 n. l. Kolem roku 900 n. l. byla káva známa v Persii a její léčivé účinky popisuje arabský lékař Rhazes, který také doporučoval odvar z kávy svým pacientům.

Koncem 15. a 16. století se káva rozšířila do Mekky a Mediny, kam ji přinesli pout-

Několik čísel nám naznačí, jaký fenomén káva je – vždyť každý den se na světě vypije více než stomilionů šálek kávy, kávový průmysl zaměstnává přes dvacet pět milionů lidí a ve světovém komoditním obchodě káva zaujímá neuvěřitelné druhé místo.

Co všechno předchází tomu, než si můžeme vychutnat svůj šálek kávy? Odkud káva přichází, jak se pěstuje, jak se zpracovává a jak si kávu nejlépe připravit? Naše publikace "Svět kávy" by vám měla na tyto otázky pomoci nalézt odpovědi.

Vítejte ve SVĚTĚ KÁVY!

níci, kteří si s sebou nesli jako potravu červené, třešňím podobné bobule – kávu. Káva se stala pro muslimy náhražkou koránem zakázaného alkoholu a v Mekce byly zřízeny první kavárny, které se nazývaly Kaveh Kanes. Do Cařihradu se káva dostala roku 1453 po jeho dobytí Turky. Prostřednictvím benátských kupců se káva dostala roku 1615 do Evropy; to bylo později než čaj, který se do Evropy dostal roku 1610. V Evropě začaly vznikat kavárny nejprve v Itálii a potom i v dalších zemích – ve Francii, Německu, Anglii. Nejznámější londýnská kavárna, která existuje dodnes, byla otevřena Edwardem Lloydem roku 1688. Kavárny měly zpočátku v Anglii úspěch, ale po čase jejich obliba ustoupila ve prospěch čaje a čajových domů.

Prvními Čechy, kteří se seznámili s kávou



při své cestě do Cařihradu, byli na přelomu 16. a 17. století Kryštof Harant z Polžic a Bezdružic a Herman Černín. V Praze začal kávu prodávat začátkem 18. století Jiří Theodato z Damašku. Původně chodil po městě v orientálním oblečení, nosil nádobu s vodou, kterou ohříval dřevěným uhlím a měl u sebe konvice s kávou a šálky. Zpočátku kávu vařil ve svém bytě v domě „U Zlatého hada“ a v roce 1714 si otevřel i druhou kavárnu na Malé Straně v domě „U Tří pštrosů“.

V Brně byla údajně první kavárna otevřena v roce 1702 a otevřel ji Turek Ahmed. A je možné, že zde je i původ nám dobře známého nápoje – „českého turka“.

Svět, jako první, představili kávu Holanďané, kteří začali pěstovat kávovníky a založili plantáže na ostrově Cejlon, v Indii a na Jávě. Na Cejlonu ale kávové plantáže napadla plísňová choroba a kávové plantáže zde musely být vypáleny. V současné době se zde s velkým úspěchem pěstuje čaj.

Byli to opět Holanďané, kteří věnovali rostlinu kávovníku francouzskému králi Ludvíku XIV., který jej umístil do skleníku a věnoval mu náležitou péči. Ze semen tohoto kávovníku byly vypěstovány další kávovníky, kterými byly osázeny mnohé francouzské kolonie v Jižní a Střední Americe a v Karibiku.

Data a fakta:

- Roku 1820 chemik F. F. Runge poprvé vyextrahoval kofein z kávových zrn a díky tomu byl vysvětlen povzbuzující účinek kávy na lidský organismus.
- Roku 1901 vznikla první rozpustná káva a roku 1903 byla poprvé vyrobena káva bez kofeinu.
- Káva se stala univerzálním nápojem, který byl opěvován důležitými osobnostmi historie, jako byli J. S. Bach, Napoleon, Beethoven, Voltaire, Balzac, Rossini. . .
- Slovo káva vzniklo pravděpodobně z názvu z etiopské provincie či z arabského slova „qahwak“, což byl ovšem původně výraz i pro jiné nápoje, například víno.

2. KVALITATIVNÍ POŽADAVKY NA KÁVU – ZÁKLADNÍ DEFINICE

Požadavky na kávu, její členění a označování jsou definovány závazným – právním předpisem.

Zelenou kávu se rozumí sušená semena kávovníku rodu *Coffea* zbavená pergamenové slupky.

Praženou kávu je výrobek získaný pražením zelené kávy.

Kávovým extraktem, instantní kávou, rozpustnou kávou, rozpustným kávovým extraktem jsou výrobky v jakékoliv koncentraci, získané pražením kávy a následnou extrakcí s použitím vody jako

extrakčního prostředí, s vyloučením všech postupů hydrolyzy, zahrnující přidavek kyseliny nebo zásady. Kávovým extraktem sušeným je kávový extrakt ve formě prášku, granulí, vloček, kostek nebo v jiné formě, u něhož sušina na bázi kávy činí 95 % hmotnosti (zbytek je voda), a který nesmí obsahovat jiné látky než látky pocházející z extrakce kávy.

Příměsí pražené kávy jsou kávová zrna přepražená, černá nebo světlá, která se po rozlomení vyznačují jinou vůní než kávovou.



3. KÁVOVNÍK A JEHO PĚSTOVÁNÍ A ZPRACOVÁNÍ

Káva roste pouze v tropických a subtropických oblastech. Pás, ve kterém se dnes pěstuje, zahrnuje přibližně padesát pěstitelských zemí a rozkládá se mezi 23. stupněm severní zeměpisné šířky a 25. stupněm jižní zeměpisné šířky. Kávovník potřebuje průměrnou teplotu mezi 17–23 °C, hojně srážek a dobrou půdu.

Největším producentem kávy na světě je Brazílie, kde se v průměru vyprodukuje asi jedna třetina celosvětové produkce. Na druhém místě je Vietnam se 17% produkce, třetí Kolumbie s 10%, následuje Indonésie, Etiopie, Honduras, Indie, Peru, Uganda, Guatemala, Mexiko, Nicaragua a Pobřeží slonoviny. Tyto země patří mezi největší producenty a vývozce kávy na světě, ale existují i další pěstitelé velmi kva-

litní kávy, jako například Kostarika, Jamajka nebo Keňa. Střední Jižní Amerika včetně karibské oblasti vyprodukuje cca 70 % celkového objemu světové sklizně, Afrika přibližně 10 % a Asie 20 %.

3.1. Druhy kávy

Káva má své jméno po latinském označení rostlinného rodu *Coffea*. Tento rod patří do čeledi mořenovitých – Rubiaceae, která zahrnuje více než 500 rodů, většina z nich jsou tropické keře a stromy. Existuje více než 60 různých druhů kávy, ale pro obchodní účely jsou nejdůležitější Arabika a Robusta.

Kávovník Arabika (*Coffea arabica*) je velký keř (dosahuje max. 4 m) s tmavozelenými oválnými listy. Plody vypadají jako malé

třešně a zpravidla obsahují 2 zploštělá semena. Káva Arabika je aromatická káva s dobrou chutí a obsahuje méně kofeinu než Robusta, která má poněkud výraznější, zemitější chuť a obsahuje méně kyselin.

Kávovník Robusta (*Coffea canephora*) je keř nebo spíše strom (dosahuje výšky až 10 m). Byl objeven teprve v roce 1860 v Ugandě. Tento druh je více odolnější vůči chorobám než káva Arabika, jeho plody i vlastní zrnka této kávy jsou menší a kulovitější než u Arabiky.

Oba druhy potřebují ke svému růstu slunce a vydatné srážky, optimální podmínky pro Arabiku jsou 15–24 °C a pro Robustu 24–29 °C. Oba druhy hynou, pokud se teploty dostanou pod bod mrazu.

Zrna kávy jsou semena kávovníku uložená v plodech, které jsou podobné třešním, zrají průměrně osm měsíců, u kávovníku Robusta někdy až jedenáct měsíců po odkvětu. Původně zelená barva těchto plodů se v průběhu dozrávání vybarvuje do červená až tmavě fialová. Všechny plody

nezrají současně a pro získání nejkvalitnější kávy je potřeba sklízet plody postupně, protože pouze plně vyzrálé plody poskytují plnohodnotná kávová zrna.

Káva z výše položených oblastí pomaleji dozrává, má jemné delikátní aroma a chuť. Pěstuje se na plantážích ve výšce 600 až 1 800 metrech nad mořem. Káva z nížin roste rychleji, aroma má méně výrazné, avšak její chuť je silnější a výraznější.

Obecně lze říci, že čím vyšší nadmořská výška, tím vyšší kvalita vypěstované kávy. Toto neplatí vždy, neboť i plantáže v nižších nadmořských výškách mohou plodit kávu velmi dobré kvality.

Produkce kávy v roce 2016

Arabica 63 %	praná 28 %	centrální Amerika
	nepraná 35 %	Brazílie
Robusta 37 %		

Rozdíly v kvalitě zelené kávy



Vysočina (praná zrna) 600–1 800 m n.m.

- zrají pomalu
- aromatická a bohatá chuť
- nejjemnější aromatické složky
- vysoká kvalita

Nížina (nepraná zrna pod 600 m n.m. a Robusta):

- rychlý růst
- silná chuť
- málo aromatická

4. PĚSTOVÁNÍ A ZPRACOVÁNÍ KÁVY

Pěstování kávy, péče o ni a její sklizeň jsou velmi náročné. Práce začíná vysevem kávových semen do speciálních paňenišť. Po vzklíčení rostlinek se tyto semenáčky přesadí do zastíněných školek a odtud jsou pak asi po 6 až 8 měsících přesazeny na plantáže ve vzdálenosti jednoho až tří metrů od sebe. Plantáže jsou chráněny před intenzivním slunečním svitem stromy zvanými Guamos. Květy kávovníku jsou bílé a připomínají svou vůni, barvou a vzhledem květy jasmínu.

Divoký kávovník může dosáhnout výšky 10 až 15 metrů. Na plantáži se však stromy neustále prořezávají a upravují do výšky 1,5 až 3 metry. To zajišťuje vysokou úrodu a usnadňuje sklizeň. Keře Arabiky a Robusty rodí přibližně tři až čtyři roky po výsadbě, optimální úrodu dávají po dobu deseti let a maximální sklizeň poskytují dvacet až třicet let.

Jeden kávovník obvykle dává půl kilogramu až kilogram surové kávy ročně. Při využití moderních metod pěstování dosahuje výnos 3 000 až 4 000 kg na hektar.

4.1. Sklizeň

Asi devět měsíců od okamžiku od objevení prvních květů plody dozrávají a mohou se sklízet. Většinou se sklízí ručně, strojový sběr se používá na kávových plantážích v nižších nadmořských výškách, kde je rovná půda. Strojový sběr kávy je sice levnější než ruční, ale je velmi drastický. Využívá se hodně v Brazílii, Austrálii a dalších zemích.

Délka hlavní sklizně může trvat až čtyři měsíce pro kávu Arabika, pro kávu Robusta

je to o něco déle. To je dáno dvěma faktory. Tím prvním je rychlost, jíž kávové plody zraje, ta je různá strom od stromu. A za druhé, na kávovníku je zajímavé, že na jedné větvi můžeme najít zároveň květy, nezralé plody a zralé plody. Proto je nejen nutné sbírat jednotlivé plody z větvičky ručně, ale je třeba se k jedné větvi i několikrát vracet (selektivní sklizeň). Jeden sběrač kávy sklídí za den mezi 50 až 100 kg kávových plodů.

Dvě kávová zrna tvoří pouze jednu třetinu plodu, zbytek se skládá z dužiny, slupky a lusku. Všechno se musí odstranit, aby zůstala pouze zelená zrna.

Někdy se stane (asi v pětině produkce), že jedno semeno zakrní a druhé se vyvine v zaoblené, téměř oválné zrno perlové.

Perlová zrna se někdy mylně pokládají za kvalitnější, ale není tomu tak.



4.2. Zpracování kávy

Moký proces (fully washed, wet processed) se používá především ve střední Americe a části Afriky (zejména v Keni). Tento proces

je poměrně nákladný, ale má pozitivní vliv na kvalitu kávy.

Zahrnuje odstranění dužiny z mokrých semen mačkáním a zejména fermentací, která trvá 12 až 36 hodin. Ta je velmi důležitá, fermentací získává káva bohaté aroma a specifickou chuť.

Poté se káva suší (obsah vlhkosti se snižuje cca na 11 %), a to buď za stálého obracení na slunci (v závislosti na počasí trvá tato část procesu pět nebo šest dnů) anebo v sušících strojích v horkém vzduchu (cca 24 hodin).

Na konci tohoto procesu mají zrna více méně olivově zelenou barvu. U některých odrůd barva přechází dokonce do modra – jsou to vysoce kvalitní „modré“ kávy.

Suchý proces (natural, dry processed) zpracování se používá pro Robustu a pro Arabiku rostoucí v nižších polohách, především v Brazílii a v Africe. Tato metoda je méně náročná na práci a počet pracovníků, tím je také podstatně levnější.

Po prosetí (odstranění cizích příměsí) se sklizené plody suší na betonových nebo cihlových deskách ve vrstvě silné 5 až 6 cm. V pravidelných časových intervalech se po dobu tří až čtyř týdnů obrací, aby schly rovnoměrně. Poté se odstraní dužina pomocí loupacích strojů.

Zpracovaná káva, až již suchým či mokrým procesem, se čistí a třídí podle velikosti na mechanicky ovládaných vibračních sítích.

4.3. Světový obchod s kávou

Většina kávy se dopraví ze země původu přímo do země spotřeby (dříve v žocích po 60 kg, dnes se používají velkoobjemové kontejnery).

Kávu pěstuje přes padesát států světa a je hned po ropě druhou nejvýznamnější ko-

Zelená káva se může asi rok skladovat bez znatelného zhoršení kvality. Pokud se skladuje do jednoho roku, tak se označuje jako „současná sklizeň“. Delší doba skladování mění kvalitu kávy, protože se zrna vysušují. Taková káva se pak označuje jako „dřívější sklizeň“ nebo „stará sklizeň“.

moditou na světě – nechává za sebou uhlí, maso, pšenici a cukr. Z tohoto důvodu byla vytvořena řada kávových asociací, které mají za cíl organizovat celosvětový obchod. Nejvýraznější je Mezinárodní organizace pro kávu (ICO), která byla založena v roce 1963 pod záštitou OSN.

Trend spotřeby kávy dlouhodobě roste a největším spotřebitelem kávy je Evropa, kde se zkonzumuje asi 1/3 světové produkce. I kávový průmysl má různé druhy certifikací, z nichž asi nejznámější je společnost Fair trade. Dalšími organizacemi jsou např. UTZ, Rainforest Alliance, Organic. Tyto organizace se snaží zejména o zlepšení podmínek pro farmáře a zvýšení ceny za kávu tak, aby získané peníze mohli investovat do vzdělávání a naučit se, jak produkovat ještě lepší kvalitu. Fair trade prosazuje platbu „spravedlivých cen“ za produkty, stejně jako dodržování sociálních a environmentálních standardů při produkci různých komodit. Jedním z úkolů této organizace je rozvíjet příležitosti pro znevýhodněné výrobce, zvláště ženy a domorodé obyvatelé, a chránit děti před zneužíváním v procesu výroby. Šestici nejprodávanějších fairtradových produktů tvoří banány, kakao, káva, bavlna, cukr a čaj.

Organic (Bio) káva – toto označení se používá pro kávu, která je produkována za

obdobných podmínek jako biopotraviny, je vypěstována na uměle neodlesněné půdě bez použití chemických přípravků. Tato káva se stala nedílnou součástí kávového průmyslu. Hlavní snahou je zlepšit obchod s bio plodinami společně s povědomím o ochraně životního prostředí. Po celém světě jsou různé mutace Organic, které se mohou vyznačovat specifickými stupni ochrany.

4.4. Příprava směsí

Dovednost výrobce kávy se pozná podle chuti jeho kávy. Kvalitu svého produktu může ovlivnit výběrem zelených kávových zrn a přípravou různých směsí a dále pražením zrn při různých podmínkách (teplota, čas).

Chuť závisí na osobních preferencích a to platí i v případě kávy. Spotřebitelé každé země požadují ve svém každodenním šálku kávy jiné chuťové vlastnosti. Jedni mají rádi silnou chuť, druzí zase trochu jemnější nebo kyselejší. Takové rozdíly v chuťových preferencích se mohou dokonce projevit v rámci jedné země na regionální úrovni. Hlavním záměrem míchání kávy je docílit takové chutě a aroma, které mohou být opakovaně reprodukovány s minimální senzorickou odchylkou.

Neznamená to, že dobrá směs kávy obsahuje vždy pouze sto procent kávy Arabika nebo Robusta. Dobrá káva se přizpůsobuje očekávání zákazníka, a z tohoto důvodu se připravují různé směsi. Káva Arabika je obvykle typická svou kyselou chutí, kterou se odlišuje od Robusty, ale závisí hodně na odrůdě a dalších faktorech, které její chuť ovlivňují a její chuť se může blížit chuti kávy Robusta a naopak káva Robusta se může blížit k chuti Arabik, které jsou pěstované

v nižších nadmořských výškách. Nelze tedy jednoznačně preferovat jeden druh před druhým. Smícháním těchto druhů v různém poměru se lépe zabraňuje kolísání kvality a vytvářejí se chuťově zajímavé směsi.

4.5. Pražení

Jakmile se káva namíchá, následuje druhý důležitý krok a tím je pražení. U pražení je třeba vědět, jakým způsobem se káva nakonec bude připravovat, protože různé metody přípravy kávy vytvářejí své vlastní vůně a chutě, které lze pražením zvýraznit. Během pražení jsou zelená zrna vystavována teplotám 200 °C až 250 °C, které způsobují změnu chemického složení. Ze zrn vyprchá vlhkost a uvolňují se aromatické oleje, zrna ztrácejí svou hmotnost až zároveň zvětšují svůj objem. Cukry v zrnech se přemění v karamelizované cukry, které dodávají kávovému zrnům výraznou chuť a tmavě hnědou barvu.

Neodborným pražením je možné i tu nejkvalitnější kávu znehodnotit a naopak dobrým pražením můžeme pozitivně ovlivnit i zlepšit chuť kávy. Čerstvě upražená káva má výraznou chuť. Její optimální aroma a chuť vynikne až po 3 až 5 dnech po upražení, kdy se fenolové látky vzniklé při pražení rozloží.

Existují tři základní typy pražení:

- **Světlé pražení** dodá kávě jemnou chuť; pije se například ve Skandinávii.
- **Střední pražení** dodá kávě trochu silnější chuť, která je oblíbená mimo jiné ve Střední Evropě a ve Spojených Státech.
- **Tmavé pražení** vede k velmi silné kávě hořké chuti, která je typická pro Jihoevropany.

4.6. Mletí a balení pražené kávy

Mletí kávy

Pokud se káva nebalí jako káva zrnková, nastává další technologický krok při výrobě kávy a tím je mletí. Kávu mele výrobce, který je odpovědný za správnou jemnost namletých zrn. Dříve se pražená káva pro přípravu nápoje drtila v hmoždíři nebo drtila mezi dvěma kameny. Správné mletí kávy je nesmírně důležité a kávová směs by se nikdy neměla při mletí zahřívat. Proto se v průmyslové výrobě používají mlýny, které mají chlazené mlecí válce. V domácnosti bychom měli raději použít ruční mlýnek nebo mlýnek s mlecími kameny, protože čepelový elektrický vysoko obrátkový mlýnek kávu zahřívá a káva tak ztrácí aromatické silice, popřípadě může i hnědnout a hořknout.

Jemnost mletí je různá pro různé způsoby přípravy kávy. Pro přípravu kávy v kávovaru s filtrem je zapotřebí hrubší mletí pro filtr, zatímco kávy namleté na jinou hrubost / jemnost mletí zajistí správnou chuť při jiných způsobech přípravy. Pokud by káva určená např. pro přípravu v kávovaru s filtrem byla příliš jemně nebo příliš hrubě namletá, chuť by neodpovídala požadavkům.

Balení kávy

Aby bylo zaručeno, že chuť kávy, kterou si spotřebitel vychutnává, bude stejná jako když káva opouští pražírnu, je mletá káva balena ve vakuu nebo v ochranné atmosféře, aby se do balení nedostal vzduch. Kyslík ze vzduchu rychle snižuje kvalitu mleté kávy tím, že rozkládá vzácné aroma v kávě, chuť se stává čím dál méně výrazná – plochá, a káva začíná rychle stárnout. Po otevření není vhodné kávu přesypávat do jiného obalu nebo dózy

(přesypáním dochází k okysličení kávy). Doporučuje se kávu ponechat v původním obalu, ten pokud možno těsně uzavřít a kávu skladovat při pokojové teplotě. Kávu není též vhodné zmrazovat.

Neporušená balení mají vždy výrobcem garantovanou kvalitu po určitou dobu. Datum minimální trvanlivosti je vytištěno na každém balení.

Nejlépe se aroma uchovává v praženém zrnku, které se namele až těsně před vlastní přípravou kávy. Zrnková káva se balí obvykle do obalů s jednocestným ventilem vypouštějícím plyny, které produkuje pražená káva (hlavně CO₂) z obalu ven, ale dovnitř obalu nic nepropouští, tedy ani kyslík, který by kvalitu kávy zhoršil.

4.7. Káva instantní

V roce 1901 se japonsko-americkému chemikovi Satori Katoovi podařilo vyrobit a patentovat první rozpustný kávový nápoj. Používání rozpustné – instantní kávy se rozšířilo během 2. světové války, patřilo k vybavení především amerických vojáků. Tato káva si postupně získávala oblibu a v osmdesátých letech její spotřeba představovala asi desetinu spotřeby kávy zrnkové. K výrobě jednoho kilogramu instantní kávy je potřeba zpracovat dva kilogramy zelených kávových zrn na rozdíl od výroby pražené kávy, na kterou se spotřebuje o něco málo více než kilogram zelených kávových zrn. Právě proto je instantní káva dvakrát i třikrát dražší, než káva pražená zrnková nebo mletá. V současné době téměř dvě třetiny domácností kupují kávu instantní.

Tato káva se vyrábí podobně jako sušené mléko, kdy se tekutý extrakt připravený z pražené kávy suší použitím jedné z me-

tod: sušení sprejováním, aglomerováním nebo sušení vymrazováním.

Sušení sprejováním – během sušení je kávový koncentrát společně s horkým vzduchem vstříkován do vysoké věže. Díky vysoké teplotě se voda vypařuje a na dno věže padá pouze vysušený kávový prášek. Sušení sprejováním je jednodušší než sušení vymrazováním, ale jelikož je pro tento proces zapotřebí vysokých teplot, chuť a aroma kávy mohou být ovlivněny. Za tímto způsobem výroby později následovala ještě aglomerace.

Agglomerování (shlukování) – ke kávovému prášku usušeného sprejováním se přidává malé množství vody (vodní páry) nebo kávového oleje a malé částčky kávy se poslepují do větších shluků – granulí a okamžitě se suší. Spotřebitelé upřednostňují aglomerovanou kávu před sprejovanou pro lepší vzhled a rychlejší rozpouštění.

Sušení vymrazováním (freeze drying) – během sušení vymrazováním se kávový koncentrát zmrazí na teploty kolem -45°C až -50°C . Využívá se zde procesu lyofilizace (vakuové vymrazení), kdy vlivem vakua se přítomná vlhkost při nízkých teplotách rychle odpaří a protože se směs nezahřívá, tak si finální výrobek zachová velkou část původní chuti i aroma. Výsledkem je mražením vysušená krystalická instantní káva s nejvyšší možnou kvalitou, bohatou chutí a aromatem.

Balení instantní kávy

Většinou se instantní kávy balí do skleněných dóz s těsným uzávěrem nebo do fólií s pevným vzduchotěsným svárem. Instantní kávu lze poměrně dlouho skladovat, bez významnějších změn, ale obal musí být vzduchotěsný, aby se zab-

ránilo přístupu především vzdušné vlhkosti, kterou instantní káva snadno přijímá a následně vlivem této vlhkosti může i začít plesnivět.

Příprava instantní kávy

Příprava instantní kávy je velmi rychlá. Jedna až dvě lžičky instantní kávy se vsypou do šálku a zalijí horkou, ne však vroucí, vodou o teplotě přibližně 95°C . Výborná je instantní káva při přípravě za studena jako frapé, kdy se našlehá s menším množstvím vody a vytvoří hustou pěnu. V letních měsících získáte rychle osvěžující nápoj.

4.8. Káva bez kofeinu

Běžná káva Arabica má obsah kofeinu cca 1,0 až 1,3 % a káva Robusta přibližně 2,0 až 2,6 %. Pro ty, kdo mají rádi kávu, ale reagují příliš citlivě na kofein, se vyrábí káva zbavená kofeinu. Jelikož kofein nemá žádnou chuť, neexistuje prakticky rozdíl mezi chutí kávy bez kofeinu a běžné kávy. Obsah kofeinu u kávy bezkofeinové smí být maximálně 0,1 %, u bezkofeinové instantní kávy max. 0,3 %.



5. ČLENĚNÍ A OZNAČOVÁNÍ KÁVY, SMYSLOVÉ, FYZIKÁLNÍ A CHEMICKÉ POŽADAVKY NA JAKOST KÁVY

Požadavky na členění na druhy, skupiny a podskupiny a smyslové, fyzikální a chemické požadavky jsou definovány ve vyhlášce č. 330/1997 Sb. v aktuálním znění. Požadavky na členění a označování je uvedeno v následující tabulce:

Druh	Skupina	Podskupina
káva	Pražená	Zrnková
		Mletá
Instantní káva	Extrakt	Sušená
Rozpustná káva		Pasta nebo ve formě pasty
Kávový extrakt		Tekutá nebo ve formě tekuté
Rozpustný kávový extrakt		

Pro označování kávy se na obalu se uvádí název skupiny a podskupiny, u kávového extraktu (kávy instantní) se název podskupiny neuvádí. Káva může být vyráběna i s cukrem, který se přidává ke konci pražení a vytvoří na povrchu zrnka lesklou vrstvičku (oblíbené hlavně ve Španělsku) a nebo s přídavkem cukru, pokud se cukr přidává po pražení. Tato informace musí být uvedena i na obalu výrobku.

Pokud je káva aromatizována (přidáno aroma), musí být označena „aromatizováno“.

Smyslové požadavky na jakost kávy: pro všechny druhy káv – zrnkové, mleté i instantní je uveden požadavek, aby kávo-

vý nálev měl barvu kávově hnědou a vůni i chuť kávovou. U zrnkové kávy mohou být zrna pražena matně nebo mohou mít vyloučený olej na povrchu a není stanoven limit pro množství polámaných zrn.

Obsah vlhkosti a obsah kofeinu – pro všechny druhy káv platí maximální limit pro obsah vlhkosti 5 %.

Obsah kofeinu v sušině:

- káva pražená nejméně 0,6 %
- káva instantní nejméně 2,5 %
- káva pražená bez kofeinu nejvíce 0,1 %
- káva instantní bez kofeinu nejvíce 0,3 %

5.1. Jak se orientovat v kvalitě pražené kávy

Výběr kávy je pro spotřebitele složitý. Výrobce není povinen uvádět na obalu žádné bližší informace o složení kávy např., že se jedná o Arabiku nebo Robustu nebo jejich směs. Většinou tuto dobrovolnou informaci nalezneme na obalu k podpoření prodeje, pokud káva obsahuje 100% Arabiku. Pokud je káva určena i na slovenský trh jsou údaje o zastoupení Arabiky a Robusty na obalu uvedeny, protože jsou dle slovenské legislativy povinné.

Při výběru kávy bychom se měli řídit nejlépe našimi vlastními zkušenostmi, radou odborníků ale i cenou. Vlastní posouzení kvality kávy je samozřejmě jednodušší u kávy zrnkové. Zde můžeme sami vizuálně zkontrolovat velikost i barevnost

upražených zrn, množství zlomků, ale lze i rozeznat přibližné zastoupení Arabiky a Robusty.

Káвовá zrna by měla být stejnoměrně upražená, káva by neměla obsahovat příliš mnoho zrn odlišně se pražících (příliš světlá nebo naopak tmavá zrna) a na povrchu zrn by neměl být vystouplý olej (i když někteří spotřebitelé takto lesklá zrna vyhledávají, v konečném výsledku ale tato káva rychleji stárne – tuk se oxiduje a také při mletí většího množství kávy v mlýnku může dojít k jejímu horšímu semletí nebo ucpání mlýnku, každopádně ale k výraznému zašpinění mlýnku).



Zrna Arabiky jsou větší, podlouhlá, na vnitřní straně je vidět rýha ve tvaru písmene "S" a z vnější strany jsou

stejněměrná lehce vypouklá. Naproti tomu zrna Robusty jsou menší, kulatější, na jedné straně lehce do špičky a vnitřní rýha je rovná.

U kávy mleté se můžeme řídit jediné vůní v mletém stavu a pak následně vůní a chutí po přípravě kávy. Pokud je vůně výrazná, surová až zemitá, pak půjde o směs s převahou nebo 100 % Robusty, pokud bude vůně jemnější, lehce nakyslá, aromatická a v chuti budeme mít příjemnou ovocnou kyselost, pak se bude jednat o Arabiku.

Káva je potravina, která obsahuje nízký obsah vody, má dlouhou dobu trvanlivosti a obvykle je balena v ochranné atmosféře. Po otevření sáčku s kávou dochází ke změně aroma, které se zhoršuje a tuky, obsažené v kávě, začínají žluknout a celkově se chuťové vlastnosti kávy negativně mění.

Kávu po otevření je dobré nepřesypávat, ale uzavřít ji pevně v obalu (pokud možno bez vzduchu), do kterého byla zabalena a uchovat ji v suchu.

K výrobě kávy instantní se zásadně musí používat pražená kávová zrna (nelze používat celé kávové plody nebo jinou náhražku kávy). Celý proces výroby je technologicky i finančně náročný a v konečném výsledku to značně zvyšuje cenu tohoto výrobku. Naprostá převaha instantních káv na našem trhu jsou směsi s převahou Robusty anebo ze 100% Robusty. Důvodem je hlavně cena. Aroma a chuť kávy připravené z instantního prášku je ve srovnání s vůní a chutí kávy připravené z čerstvě namletých kávových zrn nesrovnatelná – slabší, méně aromatická, méně výrazná. I z těchto důvodů obsahuje káva instantní více kávy Robusta.

Protože není povinností uvádět ve značení instantní kávy další informace o složení směsi, spotřebitel se musí držet pouze svých chuťových preferencí a zvyklostí. Šetrnější ke kvalitě kávy a nápoje je způsob sušení kávy vymrazením, kdy si káva lépe zachovává své aroma v porovnání s kávou sušenou sprejováním.

Důležité je se dívat na značení výrobku, zda výrobek, který vypadá jako instantní káva, není směs s kávovinou. Někdy se výrobci snaží zmást spotřebitele názvy na přední straně obalu např. „Kávička“ nebo „Cafe“, a na zadní straně je uvedeno, že se jedná o kávovinu ve směsi s kávou.

Instantní kávy se využívají do různých instantních kávových směsí obvykle označených jako 3 in1, 2 in1. V těchto nápojích je ale hlavní složkou cukr (nejčastěji glukozový sirup), sušené mléko nebo mléčná bílkovina. Obsah instantní kávy

bývá obvykle max. do 15%. Tyto směsi mají také významně vyšší kalorickou hodnotu než čistá instantní káva (uvádí se, že ta má v nálevu připraveného z 2 g/100 ml pouze 2 kcal/9 kJ).

Instantní kávu i její směsi je nutné skladovat v suchu a v dobře uzavřeném obalu, protože tato káva lehce přijímá vzdušnou vlhkost a může začít plesnivět.

5.2. Falšování kávy

Příklady falšování kávy:

1) Uvádění jiného geografického původu kávy (u kávy zelené, pražené i suroviny pro výrobu instantní kávy). Chuť a vůně kávy je závislá i na geografickém původu zelené kávy, vzhledem k velké variabilitě kávy v jedné zemi selhávají objektivnější metody určení původu založené na velikosti, tvaru a barvě zrn – nebylo dosud vyřešeno.

2) Uvádění jiného botanického původu kávy neboli vydáváním kávy Robusta za kávu Arabika. Mezi kávou Arabika a Robusta je mnoho chuťových a aromatických rozdílů, zrna Arabiky a Robusty se liší tvarem i velikostí to se zpracováním – mletím se odstraní. Zrna se liší také složením, které lze zjistit analytickými metodami.

6. KÁVOVINY

Názvem kávoviny označujeme výrobky získané pražením různých částí rostlin bohatých na sacharidy. Rozmach výroby kávovin nastal v období napoleonských válek, kdy byl omezen dovoz kávy do Evropy. Kávoviny byly v tomto období dostupnou surovinou i z hlediska finančního. Kávoviny jsou užívány

3) Přidání náhražek do pražené mleté kávy (cikorka, ječmen, žito, kukuřice, oplodí kávovníku – slupky kávy, kakaové lusky, sójové boby a další rostlinné materiály) – použitím mikroskopie se odhalí tyto přídavky již ve velmi nízkých koncentracích. Přídavek lze odhalit jednoduchým testem – mletý vzorek kávy se nasype na hladinu studené vody. Mletá káva (pokud není přepražená) plave na hladině, čekanka klesá ke dnu. Čekanku lze prokázat i stanovením pomocí obsahu glukózy a fruktózy v pražené kávě.

4) Přidání příměsí a náhražek do instantní kávy, vydáváním instantní kávy vyrobené z příměsí za „čistou“ kávu. Stává se to tehdy, když výrobce nepoužije k výrobě kávového extraktu kávová zrna, ale celé kávové plody, anebo ke kávovému extraktu přimíchá určitý podíl kávovin (pražené obilí, čekanku, prášek z fiků atd.). Pokud výrobky obsahují přídavek kávoviny, pak to musí být na obalu vždy uvedeno. Jinak se jedná o falšované výrobky, které nesmí být označovány jako 100% kávové výrobky, ale správně např. extrakt z kávy a kávovin.

5) Použití jiné než deklarované technologie (místo dekoфеinace organickými rozpouštědly se uvádí dekoфеinace vodou resp. vodní parou).

z důvodů ekonomických, náboženských nebo medicínských. Kávoviny neobsahují kofein a mají energetickou hodnotu, která je dána obsahem sacharidů v surovinách nebo i přidáním cukru.

Některými používanými surovinami pro výrobu kávovin jsou například čekanka

(označována je jako cikorková kávovina), obiloviny (pražený ječmen, žito nebo pšenice), filky, luštěniny (sója, hrách, fazole), lupina, kaštany, žaludy, svatojánský chléb a další.

Podle suroviny, ze které se kávovina vyrábí, rozlišujeme různé typy kávovin:

cikorková káva (pražená čekanka) – výrobek získaný z kořenů čekanky obecné (*Cichorium intybus L.*), které nebyly použity ve formě „witloof“ (salátové čekanky), dostatečně čistý, suchý, pražený s přídavkem nebo bez přídavku malých množství potravinářských olejů nebo tuků, přírodních sladidel a melasy;

obilná kávovina – výrobek vyrobený z praženého ječmene, žita nebo pšenice;

sladová kávovina – výrobek vyrobený ze sladového a praženého ječmene, žita nebo pšenice;

fíková kávovina – výrobek vyrobený z fíkových plodů;

směsi kávovin – jsou směsi z kávovin a dalších surovin, včetně pražené kávy mleté;

kávovinový extrakt – výrobek získaný extrakcí kávovin za použití vody jako extrakčního prostředí, s vyloučením všech postupů hydrolýzy zahrnujících přídavek kyseliny nebo zásady;

instantní směs kávovin – výrobek získaný smícháním jednotlivých extraktů nebo společnou extrakcí směsí kávovin, případně ve směsi s kávou;

instantní kávovinový výrobek – výrobek obsahující kávovinový extrakt a jiné složky, určený k přípravě nápojů rozpuštěním ve vodě.

Smyslové požadavky na jakost kávovin: kávovina musí mít vzhled odpovídající použité surovině, barvu hnědou, případně se světlejšími částicemi suroviny a kávovinovou vůni. Kávovinový nálev musí být jiskrný nebo lehce zakalený, vůně kávovinové, částečně karamelové, typické po použité surovině.

6.1. Jak se orientovat v kvalitě kávovin?

U těchto výrobků je dobré sledovat hmotnostní procento obsahu kávy nebo kávového extraktu u kávovin ve směsi s kávou a u kávových extraktů. V případě, že výrobek bude obsahovat kávu nebo kávový extrakt, pak bude obsahovat i kofein a musí to být uvedeno na obalu. Tyto výrobky mohou obsahovat další přidané látky – cukry, sladidla atd. Důležité je i skladování v suchu a v dobře uzavřeném obalu.

7. ZPŮSOBY PŘÍPRAVY KÁVY

7.1. „Stroje“ na kávu

V současné době se stává velmi populární příprava z tzv. kapslí v jednorpcových přístrojích, kterých je na našem trhu velké množství (espresso přístroje, přístroje na kávu, kávovary ad. ...). Každá společnost má svůj vlastní koncept těchto „single serve“ káv a tedy i různé typy kapslí, které lze použít vždy jen do určitého druhu ká-

vovaru. Pokud si takový kávovar na kapsle koupíte, pak jste odkázáni vždy jen na ty kapsle, které vám výrobce vyrobí a nabídne a nemáte možnost ovlivnit ani chuť ani kvalitu připraveného kávového nápoje. Na druhé straně je tento způsob přípravy velmi rychlý – jedním stiskem tlačítka připravíte espresso nebo téměř jakýkoliv nápoj s mlékem (capuccino, cafe latte,...).

Pro ty, kteří si rádi připraví „svůj“ šálek kávy, zde uvádím v dalším různé způsoby domácích přípravy kávy, které vám poskytnou velmi zajímavé chuťové variace.

7.2. Turecká káva připravená v džezvě

Tento způsob přípravy je populární v arabském světě a je to asi nejstarší způsob přípravy kávy. Abychom docílili správnou extrakci, potřebujeme velmi jemně mletou kávu, cukr a studenou vodu. V tomto pořadí se ingredience vloží do mosazné nebo měděné konvičky s rukojetí – džezvy. Na jeden šálek se používá 7–8 g kávy /100 ml vody a jedna kávová lžička cukru. Když nálev v džezvě dosáhne varu, nesmí se káva dále vařit, smí pouze vzkypět, džezvu stáhneme z ohně a tento postup opakujeme třikrát. Takto připravenou kávu naléváme do vyhřátých šálků a podáváme.

7.3. Český „turek“

Tento způsob přípravy kávy se používá především v Čechách a na Slovensku a je velmi jednoduchý a nenáročný. Do kávového šálku se vloží jemně mletá káva asi 7–8 g /125 ml a se zalije horkou vodou cca 96–98 °C. Káva se promíchá, aby si všechna namletá kávová zrníčka sedla na dno, a je připravena k pití.

7.4. Moka express



Konvičku Moka express má doma téměř každý Ital, protože nahradí chuť espresa a káva je z ní opravdu silná. Principiálně funguje moka express konvička jako způsob přípravy kávy ve vakuu. Při ohřívání vody ve spodní části dochází

k uvolňování páry, čímž vzniká v nádobce tlak, který vytlačí vodu přes kávu, která je v sítku. Namletá zrníčka kávy neprojdou do vrchní části konvičky, protože ta je chráněna jemným sítkem a káva vyteče z trysky ve vrchní části. Kávu z konvičky můžeme rovnou nalévat do šálků. Použijeme kávu namletou na střední hrubost.

7.5. Chemex



Chemex je velmi jednoduchou a příjemnou variantou přípravy dobré filtrované kávy. Chemex krásně vypadá a dobře se čistí. Tato skleněná konvice je podobná la-

boratorní baňce, její spodní část odděluje dřevěná nebo plastová střední část, za kterou se chemex příjemně drží a nespálíte se tak o teplou kávu. Do vrchní části vložíte filtr s kávou a kávu nejdříve zalijete trochou horké vody, aby se káva předpařila. Poté se na kávu postupně pomalu nalévá horká voda, která kávu postupně louhuje a ta překapává do spodní části. Takto se louhuje postupným naléváním asi 4 minuty a poté se může servírovat. I zde se používá káva hruběji mletá.

7.6. French Press

První zmínky o french pressu jsou asi z roku 1850. Tuto konvičku s filtrem vynalezli ve Francii a později vylepšenou verzi v kombinaci kovu a skla vymyslel Ital Attilio Calimani v roce 1929.

Tato metoda přípravy kávy patří k nejjednodušším a některé kávy při této přípravě vyniknou daleko více než při jiných způsobech přípravy. Doporučuje se ji



používat u jednodruhových čerstvých káv. Velmi důležitá je hrubost mletí, pro french press potřebujeme hruběji mletou kávu (velikost namletých zrníček by měla být asi jako cukr krystal). Káva se zalije horkou vodou (optimální je 92–96 °C), nikoliv vroucí. Doba extrakce nesmí přesáhnout 3 až 4 minuty. Po stlačení kávy pístem je vhodné kávu hned podávat, protože i přes filtr se z kávy uvolňují po delší době látky, které kávu pokazí.

8. MÝTY O KÁVĚ, DOTAZY SPOTŘEBITELŮ

Je káva Arabika kvalitnější než Robusta?



Mnoho konzumentů se zabývá otázkou, která ze dvou káv je lepší. Existuje mnoho rozlišujících charakteristik, které tyto kávy odlišuje. Káva Arabika má více chuťových tónů, chutná po ovoci, čokoládě, oříškách a dalších specifických chutích. Naopak Robusta je výraznější, silnější a ostřejší a ovocné chuťové tóny se u ní nevyskytují, nebo velmi zřídka. Arabika obsahuje méně kofeinu (cca 1,3 %) ve srovnání s Robustou (2,6 %), která vás dokonale ráno probudí.

7.7. A několik rad na závěr

Vždy si vybírejte kávu, která nejlépe odpovídá Vaší chuti (poměr Arabiky a Robusty, stupeň pražení atd.), nebojte se vyzkoušet jednodruhové kávy z malých pražírén, určitě si vyberete tu svou chuť.

- Nejlepší aroma má káva, která je připravena z čerstvě mleté kávy.
- Zvolte si správnou jemnost mletí pro vaši metodu přípravy kávy.
- Použijte vždy čistou a čerstvou vodu (váš šálek kávy obsahuje 95 % vody)
- Podávejte kávu okamžitě po zalití vodou, ale nezalévejte kávu vodou vroucí.
- Pamatujte, že všechno co do kávy přidáte (mléko, cukr atd.) ovlivňuje její chuť.
- Nejlepší způsob jak uchovat kvalitu kávy je skladovat ji v originálních obalech.

Robusta je i více hořká než Arabika. Dá se říci, že nejlepší a chuťově nejvyrovnanější chuť mají směsi obou těchto káv. Pokud ale chceme mít espresso s dokonalou silnou pěnou (cremou), pak je jednoznačným vítězem Robusta ve srovnání s Arabikou. Většina italských směr pro přípravu espressa obsahuje podíl Robusty.

Čím se řídit při výběru kávy

Vždy závisí na našich chuťových preferencích. Pokud preferujeme „jemnější chuť“ kávy s ovocnými tóny a lehkou kyselinou a dalšími chuťovými nuancemi, pak je vhodnou alternativou káva Arabika. Jednodruhové Arabiky je možné koupit

u malých pražírén, které se věnují pražení speciálních káv, nejen jednodruhových, ale i různých zajímavých směr. Těchto malých pražírén je v současné době v České republice velké množství a určitě si každý může najít tu svou, která mu bude dodávat „kávu na míru“. Při nákupu káv od značkových výrobců je potom dobré sledovat text na obalu kávy, kde by měl být uveden jasný chuťový profil kávy i doporučení, pro jaký způsob přípravy je káva vhodná. Obvykle chuťově nejvyrovnanější kávy jsou směsi Arabiky a Robusty.

Obsahuje káva kromě kofeinu i jiné výživové látky?

Chemické složení zelené kávy kolísá v závislosti na mnoha faktorech a je odlišné u Arabiky nebo Robusty. Káva obsahuje asi 10–15 % bílkovin, 10–15 % tuků, 6–12 % sacharidů, kofein 0,6–2,8 %, vodu 9–12 % a zbytek tvoří vláknina, třísloviny, organické kyseliny (například kyselina chlorogenová, která je přirozeným antioxidantem), minerální látky a další látky. Ve 100 ml nálevu (45 g/1 l) je obsaženo cca 1 kcal (5 kJ), 0,2 g bílkovin, 0,1 g sacharidů (z toho 0,1 g cukrů), méně než 0,1 g tuků a 0,2 g vlákniny.

Káva a mléko

Nejběžnější a asi nejčastější přísadou do kávy je mléko, ať již zpeněné nebo podávané v konvičce. Dle zachovaných literárních pramenů se lze domnívat, že prvním, kdo si do kávy přidal mléko byl v roce 1685 grenobelský lékař doktor Monin, ale zároveň existují i záznamy, ze kterých se dozvídáme, že káva s mlékem se podávala ve Vídni již v roce 1683. Mléko se postupně stalo nedílnou součástí kávové kultury. Mléko přidávané do kávy tlumí působení kofeinu na

sliznici žaludku i na celou trávicí soustavu (nesnižuje obsah kofeinu, pouze zpomaluje jeho vstřebávání do organismu a tím brzdí rychlý nástup stimulačního účinku kofeinu). Tučky obsažené v plnotučném mléce nebo ve smetaně mají tendenci jemné odstíny aroma kávy překrývat, tedy je lépe používat mléko polotučné (do 1,5 % obsahu tuku). Mléko je vhodné používat do káv chuťově výraznějších, aby se chuť kávy tak snadno nepřekrývala.

Do směr káv se ale také používají i nemléčné sušené přípravky – kávová bělidla, která mohou obsahovat i nasycené mastné kyseliny. Proto se jednoznačně doporučuje sledovat složení a nutriční hodnoty, které musí být uvedeny na obalu.

Je kávovina zdravější než káva ?

Kávoviny na rozdíl od kávy neobsahují kofein, ale mají určitou energetickou hodnotu, protože obsahují přirozené sacharidy z původní suroviny, do kávovinových směr jsou často přidávány cukry.

Obecně lze konstatovat, že střídma konzumace kávy patří do vyvážené stravy a zdravého životního stylu. Obvykle kávu konzumujeme kvůli jejímu obsahu kofeinu. Kofein je všeobecně považován za takzvanou užitečnou drogu, je využitelný v různých oblastech lidského života a užívají jej i sportovci. Jako u všeho i u kávy a kofeinu platí: všeho s mírou!

Kde nakupovat dobrou kávu?

Pokud si chcete doma připravovat dobrou kávu, pak ji kupujte ve specializovaných obchodech nebo přímo od malých pražírén. Zde by vám měli zaručit čerstvost, kvalitu i chuťovou rozmanitost nejen jednodruhových káv, ale i různých směr.

Najděte si ve svém okolí prodejnu nebo pražírnu, kde by vám měli vždy nejen nabídnout čerstvou kávu, ale měli by vám umět i poradit.

Co znamená označení na obalu kávy Honey coffee – obsahuje tato káva opravdu med?

Označení „Honey coffee“ – medová káva souvisí se způsobem zpracování kávy v zemi původu. Kávové plody se stejně jako u mokrého způsobu nejprve ponechají ve vodních kanálech, kde proběhne selekce zralých a nezralých plodů, vytříděné plody se zbaví vrchní slupky a části dužiny a poté se nechávají schnout na slunci, jako u suchého způsobu zpracování. U tohoto způsobu je potřeba zrna velmi často prohrabovat a otáčet. Ve zbylé části obalu jsou cukry, které se postupně fermentují a takto zpracovaná káva má jemné, ale plné tělo, ale neobsahuje tolik kyselých tónů. Těmto kávám se také říká kávy medové díky jejich sladké chuti.

9. A PÁR ZAJÍMAVOSTÍ NA ZÁVĚR

Češi vypijí přes **5,8 miliardy šálků kávy za rok**.

Káva je po ropě **druhou nejvíce obchodovanou komoditou** na celém světě.

Kávovník se „dožívá“ **padesáti let**.

Brazílie v roce 2001 vydala **poštovní známku vonící po kávě**.

Nejdražší káva na světě se pěstuje v Indonésii a **prochází trávícím traktem cibetek**. Téměř **dvakrát méně kofeinu se skrývá v malém a chuťově výrazném espressu**

ristretto na rozdíl od pomaleji extrahovaného **lunga**.

Černá káva bez mléka a cukru se hodí i do těch **nejpřísnějších diet**, pokud si ji dáte čistou, bez cukru a mléka.

Ani **kávová sedlina** (logr) nemusí zůstat bez využití, i v ní se nachází zbytkový kofein, ale i mnoho minerálů, jako je hořčík, draslík, dusík, fosfor a měď. Toto její složení ji předurčuje k využití jako hnojivo na zahrádce. Kávová sedlina **nevoní slimákům, ale ani mravencům a broukům**. Můžete vylít zbytek kávy k růžím nebo hortenziím, které pak lépe kvetou a sedlinu milují i žížaly, které vám nakypří půdu.

Slovo o autorce

Ing. Lenka Brzoňová – absolvovala VŠCHT, fakultu potravinářské a biochemické technologie v roce 1981. Po absolvování fakulty pracovala jako vedoucí mikrobiologické laboratoře v Balírnách obchodu p.ř. Od roku 1991 vykonávala funkci manažera kvality ve společnosti Douwe Egberts, kde se zabývala především výrobou a vývojem káv a čajů pod značkou Pickwick a Zlatý šálek. V současné době pracuje na stejné pozici ve společnosti JDE.

Literatura

Vyhláška č.330/1997 Sb., kterou se provádí § 18 písm. a), d), j) a k) zákona č.110/1997 Sb. o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů pro čaj, kávu a kávoviny
Dostálová J., Kadlec P. a kolektiv: Potravinářské zbožíznalství, KEY Publish

s.r.o., 2013

Augustin J.: U kávy o kávě a kávovinách, JOTA, 2016

Veselá P.: Kniha O kávě, Smart Press, 2010, 2011, 2012, 2013

Edice – Jak poznáme kvalitu?

Publikace Sdružení českých spotřebitelů v edici Jak poznáme kvalitu? jsou vydávané v rámci priorit České technologické platformy pro potraviny. Mají podporovat vnímání kvality potravin včetně identifikace určujících kvalitativních činitelů při výběru potravin. Edice je každoročně rozšiřována o další komodity na trhu a jejími autory jsou vždy odborníci z daného oboru. Všechny publikace jsou dostupné ve formě tištěných brožur (do rozebrání) a elektronicky na webových stránkách <http://www.konzument.cz/publikace/jak-pozname-kvalitu.php> a <http://spotrebitelezakvalitou.cz>.

Vydané publikace:

Vyvážená strava a zdraví (2016),

Turek, Šíma, Michalová

Sýry a tvarohy (2. přepracované vydání, 2016), Čejna, Kopáček, Obermaier

Označování masných výrobků

(2. přepracované vydání, 2016), Katina

Nealkoholické nápoje (2016), Čížková

Čaj (2016), Brzoňová

Obiloviny a luštěniny (2016)

Sluková a kol.

Drůbeží maso a drůbeží masné výrobky (2015), Mates

Med (2015), Dupal, Kamler, Titěra,

Vořechovská, Vinšová

Těstoviny (2015), Hrušková, Hrdina, Filip

Tuky, oleje, margaríny (2. upravené vydání, 2015), Brát

Mléko a mléčné výrobky (dotisk 2015), Kopáček

Hovězí a vepřové maso (2. přepracované vydání, 2015), Katina, Kšána ml.

Vejce (dotisk 2015), Boháčková

Chléb a pečivo (dotisk 2015), Příhoda, Sluková, Dřízal

O lahůdkách pro spotřebitele (2. upravené vydání, 2015), Čerovský

Ryby, ostatní vodní živočichové

a výrobky z nich (2013), Kavka

Svět kávy (2012), Brzoňová

Značení GDA na obalech potravin – navigace ve světě živin a kalorií (2011), Dupal

Nanotechnologie v potravinářství (2011), Kvasničková

Moderní šlechtění a potraviny.

Co všechno potřebujeme vědět o potravinách z geneticky modifikovaných plodin? (2010), Drobňák

RFID – radiofrekvenční identifikace:

důvod k obavám? (2010), Pešek

Potraviny ošetřené ionizací (2009), Michalová, Dupal

Chystané publikace v roce 2017:

Ryby, ostatní vodní živočichové a výrobky z nich (2. přepracované vydání), Kavka

Svět kávy (2. přepracované vydání), Brzoňová

Vliv kulinární úpravy

na nutriční hodnotu potravin

Turek, Šíma, Michalová

Mražené krémy a zmrzliny Benešová

Sója a sójové výrobky Dostálová

Pivo Mezerová

... barevný svět v tisku



GARAMON
vydavatelství a tiskárna

knihy • prospekty
• katalogy • brožury
• plakáty • kalendáře
• výroční zprávy
• korespondenční
materiály • úřední
tiskoviny • noviny • časopisy
• další polygrafické výrobky

GARAMON s.r.o.
Wonkova 432
500 02 Hradec Králové

tel./fax: 495 217 101
e-mail: garamon@garamon.cz
www.garamon.cz

**Ve spolupráci s Magistrátem vydáváme každý týden
informační zpravodaj města Hradec Králové Radnice,
do kterého zajišťujeme příjem inzerce.**

Radnice - příjem inzerce
tel.: 495 499 086
mobil: 603 234 459
e-mail: radnice@garamon.cz



NÁRODNÍ AKREDITAČNÍ ORGÁN

Český institut pro akreditaci, o.p.s.
„Accredo – dávám důvěru“

Olšanská 54/3, 130 00 Praha 3, tel.: +420 272 096 222, fax: +420 272 096 221, mail@cai.cz, www.cai.cz

ČIA akredituje:

- ▶ zkušební laboratoře
- ▶ kalibrační laboratoře
- ▶ zdravotnické laboratoře
- ▶ certifikační orgány provádějící certifikaci produktů
- ▶ certifikační orgány provádějící certifikaci systémů managementu
- ▶ certifikační orgány provádějící certifikaci osob
- ▶ ověřovatele výkazů emisí skleníkových plynů
- ▶ inspekční orgány
- ▶ poskytovatele zkoušení způsobilosti
- ▶ výrobce referenčních materiálů
- ▶ environmentální ověřovatele programu EMAS

ČIA je členem mezinárodních organizací
a signatářem multilaterálních dohod:



Evropská organizace pro spolupráci
v oblasti akreditace (EA)



Mezinárodní spolupráce
v oblasti akreditace laboratoří (ILAC)



Mezinárodní akreditační fórum (IAF)

Fórum akreditačních a licenčních orgánů (FALB)

Příjemné posezení!



PUBLIKACE ČESKÉ TECHNOLOGICKÉ PLATFORMY PRO POTRAVINY

Svět kávy, edice Jak poznáme kvalitu?, svazek 21, 2. přepracované vydání, autor © Ing. Lenka Brzoňová, na přípravě pro tisk spolupracovala Ing. Irena Michalová, předmluva © Ing. Libor Dupal. Vydaly © Sdružení českých spotřebitelů, z. ú. a Potravinářská komora ČR v rámci priorit České technologické platformy pro potraviny, červen 2017. Obálka a grafická úprava Tomáš Vomáčka. Vytiskla tiskárna Studio 66 & Partners s. r. o.

ISBN 978-80-87719-53-4 (Sdružení českých spotřebitelů, z. ú.)
ISBN 978-80-88019-20-6 (Potravinářská komora České republiky)

PUBLIKACE ČESKÉ TECHNOLOGICKÉ PLATFORMY PRO POTRAVINY



Česká technologická platforma
pro potraviny
Počernická 96/272; 108 03 Praha 10 – Malešice
Tel./fax: +420 296 411 187 (sekretariát)
Tel: +420 296 411 184-93
e-mail: foodnet@foodnet.cz
www.ctpp.cz · www.foodnet.cz



SDRUŽENÍ ČESKÝCH
SPOTŘEBITELŮ, Z.Ú.
CZECH CONSUMER
ASSOCIATION
www.konzument.cz

Sdružení českých spotřebitelů, z.ú.
Pod Altánem 99/103
100 00 Praha 10 – Strašnice
Tel./fax: +420 261 263 574
e-mail: spotrebitel@regio.cz
www.konzument.cz
www.spotrebitelzakvalitou.cz



Pracovní skupina Potraviny a spotřebitel při ČTPP:



Český svaz
zpracovatelů masa



ÚSTAV ZEMĚDĚLSKÉ EKONOMIKY
A INFORMACÍ



STÁTNÍ ZEMĚDĚLSKÁ
A POTRAVINÁŘSKÁ INSPEKCE