

# C A F É



*Orígenes en los bosques etíopes*

*fenómeno global*

# **Estimulación, cultura y ciencia en cada taza**

Desde sus orígenes en los bosques de Etiopía hasta las cafeterías del mundo y los laboratorios científicos, el café posee una historia y un significado increíblemente ricos. Aunque a menudo se considera una bebida sencilla, el café tiene profundos aspectos sociales, culturales e incluso científicos.

## **Historia y cultura**

La leyenda dice que el café fue descubierto en Etiopía cuando el pastor Kaldi observó que sus cabras se volvían más energéticas tras consumir los frutos del cafeto. Este descubrimiento sentó las bases para la cultura del café, que se expandió rápidamente al mundo árabe. En el siglo XV, el café se convirtió en una bebida popular en las cafeterías de los países árabes, donde era objeto de discusión, comercio y encuentros sociales.

Poco a poco, el café llegó a Europa y más tarde a otras partes del mundo, donde se convirtió en una parte integral de la vida cotidiana. Cada cultura desarrolló sus propios rituales asociados con el consumo de café, desde el espresso italiano hasta el café turco.

## **Ciencia y salud**

Además de su rol social, el café tiene interesantes aspectos científicos. Contiene el estimulante cafeína, que aumenta la alerta y la concentración. Sin embargo, recientemente se ha descubierto que el café también contiene muchos otros compuestos bioactivos, como antioxidantes y polifenoles, que pueden tener beneficios potenciales para la salud.

Los estudios sugieren que el consumo regular de café puede reducir el riesgo de ciertas enfermedades, incluidas la enfermedad de Parkinson, la diabetes tipo 2 y algunos tipos de cáncer. No obstante, es importante tener en cuenta que los efectos del café pueden variar según la persona y la cantidad consumida.

## **El café en la sociedad moderna**

Hoy en día, el café se ha convertido en un fenómeno global que une a personas de diferentes culturas y continentes. Las cafeterías no solo son lugares para beber café, sino también espacios de encuentro, trabajo y relajación. El desarrollo de cafeterías especializadas y la alta demanda de café de calidad han dado lugar a nuevas tendencias en la preparación y presentación del café, como métodos manuales de filtrado y el arte del latte.

Al mismo tiempo, el café se ha convertido en una parte importante de la economía de muchos países, especialmente aquellos en zonas tropicales donde se cultiva el cafeto. La sostenibilidad y el comercio justo se están convirtiendo en temas cada vez más relevantes en la industria del café.

El café no es solo una bebida; es un fenómeno que refleja la compleja conexión entre historia, cultura, ciencia y sociedad. Desde sus humildes comienzos en los bosques africanos hasta convertirse en un fenómeno global, el café tiene un impacto inconfundible en la cultura y la economía humanas.



# Producción

*El café es una de las bebidas más populares del mundo. Su producción es un proceso complejo que abarca varias etapas, desde el cultivo del cafeto hasta la preparación de la bebida.*

***Cultivo del cafeto – La calidad de la materia prima es fundamental***

## *Condiciones climáticas*

*Los cafetos requieren condiciones climáticas específicas. Son ideales las zonas con clima cálido, buena cantidad de precipitaciones y temperaturas moderadas. Las mejores condiciones se encuentran en la franja entre el trópico de Cáncer y el trópico de Capricornio, conocida como la “cinturón del café”. Entre los principales productores se encuentran Brasil, Colombia, Etiopía, Vietnam y Honduras.*



# Tipos de cafeto

El café se cultiva en diferentes especies y variedades, cada una con perfiles de sabor, aroma y características distintas. A continuación se presentan los principales tipos de café y sus características:

## **Coffea Arabica**

Sabor: Suave, dulce, a menudo con notas frutales y florales.

Acidez: Alta, generalmente considerada agradable.

Cuerpo: Ligero a medio.

Altitud: Prefiere altitudes elevadas (600-2000 m).

Productores: Brasil, Colombia, Etiopía, Honduras.

## **Coffea Canephora (Robusta)**

Sabor: Fuerte, amargo, con notas a chocolate y tierra.

Acidez: Baja, sabor intenso.

Cuerpo: Pleno, más pesado.

Altitud: Crece a baja altitud (0-600 m).

Productores: Vietnam, Brasil, Indonesia, Uganda.

## **Liberica**

Sabor: Exótico, a veces con notas frutales y amaderadas.

Acidez: Baja, pero con sabor marcado.

Cuerpo: Pleno, a menudo más grueso.

Altitud: Crece en África occidental y central y en algunas regiones de Asia.

Productores: Liberia, Filipinas, Indonesia.

## **Excelsa**

Sabor: Dulce, afrutado, con notas ácidas y especiadas.

Acidez: Media a alta.

Cuerpo: Medio a pleno.

Altitud: Crece en zonas tropicales, a menudo junto con otras variedades.

Productores: Vietnam, Filipinas.

Cada una de las miles de variedades de café tiene propiedades específicas que afectan el sabor y el perfil aromático. Comprender estas variedades ayuda a los aficionados a elegir la opción ideal según sus preferencias.





# Cosecha

## **Cosecha manual**

*La cosecha manual es laboriosa pero efectiva para obtener granos de calidad. Puede realizarse de forma selectiva, recolectando solo los granos maduros, o mediante “strip picking”, arrancando todos los granos de la rama a la vez.*

## **Cosecha mecánica**

*En algunas regiones, especialmente en Brasil, se emplean máquinas cosechadoras. Estas máquinas son más rápidas y económicas, pero pueden dañar las plantas e incluir granos inmaduros.*

# Procesamiento del grano de café

## Método húmedo (Washed)

Es más costoso y tecnológicamente exigente, pero produce café de mayor calidad. Incluye fermentación y lavado de los granos para eliminar pulpa y piel, luego se secan al sol o en secadoras.

## Método seco (Natural)

Es el método tradicional, más simple y ecológico. Las cerezas enteras se secan al sol y luego se retira mecánicamente pulpa y piel. Es común en zonas con acceso limitado al agua.

## Método honey (Honey)

Combinación del método húmedo y seco. Los granos se secan con parte de la pulpa, aportando notas dulces y afrutadas al café final.

En años recientes han surgido subcategorías: yellow, red, gold, black y white honey. Los nombres reflejan cómo el procesamiento afecta el sabor y perfil del café, determinado por la cantidad de pulpa que permanece en el grano.

## Tostado

El tostado es un paso clave que afecta notablemente el sabor final del café. Los granos verdes se tuestan entre 180°C y 250°C. Existen diferentes niveles: claro, medio y oscuro, que influyen en sabor, aroma y cuerpo.

### Tostado claro

Conserva la mayoría de sabores originales, con acidez marcada y cuerpo ligero.

### Tostado medio

Compromiso entre sabores originales y notas caramelizadas. Sabor equilibrado y cuerpo medio.

### Tostado oscuro

Cambia profundamente la estructura química, generando tonos ahumados y a chocolate. Cuerpo pleno y menor acidez.





## *Molienda y preparación*

*La molienda adecuada es esencial para una óptima extracción. La granulometría depende del método: muy fina para espresso, más gruesa para filtrado.*

*Métodos de preparación: espresso, café filtrado, French press, Aeropress, moka pot. Cada método requiere un molido y tiempo de extracción específicos, afectando el sabor final.*

*La producción de café es un proceso complejo que involucra numerosos pasos, desde el cultivo del cafeto hasta la preparación de la bebida. Cada etapa influye significativamente en la calidad y el sabor final. Comprender estos pasos ayuda al consumidor a valorar el esfuerzo detrás de cada taza y a elegir el café que mejor se adapte a sus preferencias.*



### **Espresso**

Forma concentrada de café extraída con agua caliente a alta presión (~9 bar) durante unos 25 segundos. Se utiliza máquina de espresso, que mantiene presión y temperatura constantes. Aroma intenso y crema característica. Base de cappuccino, latte o americano.

---



### **Café filtrado**

Preparado mediante paso lento de agua caliente sobre café molido en filtro de papel o metal. Métodos populares: Hario V60, Chemex, Kalita Wave. Sabor limpio, ligero, con acidez menor que el espresso.

---



### **French press**

El café molido grueso se mezcla con agua caliente y se infundiona 4-5 min. Luego se separa del poso presionando un émbolo metálico. Café de cuerpo pleno y sabor rico.

---



### **Aeropress**

Mezcla elementos de espresso, filtrado y French press. Café de molido fino o medio se combina con agua y se presiona a través de filtro. Permite experimentar con temperatura, tiempo y molienda.





### ***Moka pot***

*Método tradicional italiano de estufa. El agua en la cámara inferior se calienta, generando presión que pasa por el café molido hacia la cámara superior. Similar al espresso, con menor presión y más amargo.*

---



### ***Cold brew***

*Preparación por extracción prolongada con agua fría (12-24 h). Sabor suave, refrescante, afrutado y dulce. Ideal en verano, servido con hielo o leche.*

---



### ***Café Turco***

*Se prepara en cezve con café finamente molido y agua. Se hierve a fuego lento o en arena caliente. Se sirve con poso, a veces azúcar o cardamomo. Sabor robusto, cuerpo medio, acidez moderada.*

