

CoffeeLetter

“Atrás de toda a mulher próspera...
existe uma quantidade significativa
de café.”

Stephanie Piro



Nº 18, Maio 2013

Índice

- Página 2 **EM DESTAQUE**
A Odisseia de África
- Página 4 **INOVAÇÃO**
Bean Machine
- Página 5 **O CAFÉ NA COZINHA**
Maminha ao Molho de
Café
Tiramisu de Beber
- Página 6 **COCKTAILS E BEBIDAS**
Café com Creme de Laranja

O Café e a Sua História

Após na edição anterior termos traçado a Linha do Tempo do Café, com os principais marcos do seu percurso até ao dias de hoje, baseamo-nos na obra de Mary Banks, Christine McFadden e Catherine Atkinson para lhe descrevermos a misteriosa e turbulenta viagem do grão de café, desde o seu berço etíope, através da Arábia e do Médio Oriente, até à Europa e ao Novo Mundo. Continuaremos ainda nas próximas edições a revelar como o café se arreigou irrevogavelmente nas culturas ocidentais, e a analisar o seu papel vital na vida política, económica e cultural em todo o mundo, historicamente e até aos dias de hoje.

Sandra Azevedo

Próximos Workshops

Workshop Café: *Latte Art*

Lisboa: 1 de Junho - Das 16h às 19h

Workshop Café: Um Produto Desconhecido - Módulo Avançado

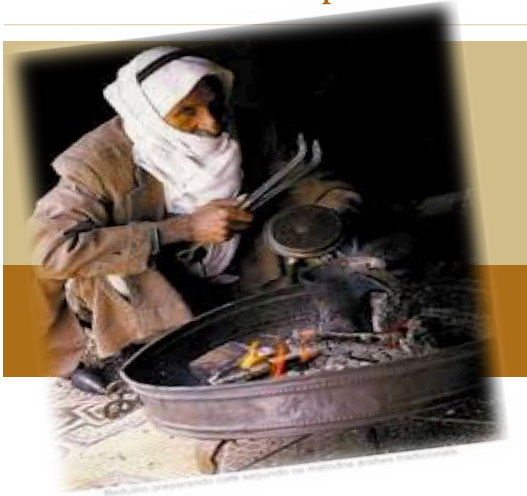
Lisboa: 22 de Junho - Das 10h às 13h

Workshop Café Menu: Bebidas de Verão e de Inverno

Lisboa: 22 de Junho - Das 16h às 19h



A Odisseia de África



A planta do café foi da Etiópia para a Arábia, algures entre 575 e 850. Como lá chegou não é claro, embora uma hipótese refira que as sementes poderão ter sido levadas por gente das tribos africanas, quando migraram para norte, do Quênia e da Etiópia para a Península Arábica. Acabaram por ser repelidos pelas lanças dos persas, mas deixaram atrás de si cafeeiros, crescendo na região que é hoje o Iémen.

MITOS E LENDAS

Outra possibilidade é que os mercadores de escravos árabes tivessem comprado as sementes no regresso das suas incursões pela Etiópia ou, mais provável, que a responsabilidade tenha cabido aos Sufis – uma seita mística islâmica, conhecida pelos seus “dervixes dançarinos”. A literatura clássica árabe confirma-o, sugerindo que foi um Grão-mestre Sufi, Ali ben Omar al Shadili, que levou as sementes de café para a Arábia. Al Shadili viveu uns tempos na Etiópia, antes de fundar um mosteiro no porto iemenita de Mocha (Al Mukha). Dado que, mais tarde, se tornou conhecido como o santo de Mocha, Al Shadili parece ser o mesmo lendário Omar que descobriu as bagas de café enquanto esteve exilado no deserto, embora as histórias não encaixem muito bem.

Um relato razoavelmente fiável foi desenterrado numa coleção de manuscritos originais de Monsieur de Nointel, embaixador de Luís XIV nos portos árabes. Escrito por um árabe, em 1587, o documento dá-nos a que, na altura, se julgava ser a mais antiga referência ao uso do café e sua

subsequente expansão pelo Médio Oriente. O autor conta-nos como o mufti de Adem, ao viajar pela Pérsia, em meados do século XV, deparou com alguns compatriotas a beber café. Voltando a Adem de má saúde, lembrou-se do líquido e pensou que este pudesse ajudá-lo a recuperar. Mandou buscar algum e descobriu que não só lhe evitava o sono, sem efeitos nocivos, como “dissipava todo o tipo de peso e tonturas e o deixava mais vivo e alegre do que estava habituado a ser”.

Desejando partilhar estes benefícios com os seus dervixes, o mufti deu-lhes café antes de se entregarem às suas orações nocturnas e descobriu que também eles conseguiam desempenhar “todos os seus exercícios religiosos com grande alacridade e liberdade de espírito”.

Quaisquer que tivessem sido a rota e as circunstâncias, há evidências sólidas de que os primeiros cafeeiros cultivados cresciam em jardins de mosteiros no Iémen, concordando a maioria das autoridades árabes que a comunidade Sufi foi, de algum modo, responsável.

DA COMIDA À BEBIDA

Tal como a descoberta da planta e a sua viagem para a Arábia, o processo de evolução de alimento a bebida quente também é tema de especulação histórica.

Os comentários dos primeiros exploradores e botânicos europeus indicam que os etíopes mastigavam grãos de café não torrados, obviamente por apreciarem os seus efeitos estimulantes. Também pisavam bagas de café maduras, misturavam-nas com gordura animal e moldavam a pasta resultante em bolinhas. Este poderoso cocktail de gordura, cafeína e proteína animal era uma fonte vital de energia concentrada, particularmente valiosa em épocas de conflitos tribais, em que se exigia aos guerreiros que dessem tudo por tudo. As bagas, provavelmente, também eram comidas como fruto maduro, pois a sua polpa é doce e contém cafeína.

Registos antigos mostram ainda que se fazia um vinho a partir do sumo fermentado das bagas maduras. Esse vinho chamava-se *qahwah*, que significa “aquele que excita e faz elevar os espíritos”,

termo que acabou por ser usado tanto para o vinho como para o café. Uma vez que o vinho fora proibido por Maomé, o café foi alcunhado de “vinho das arábias”.

Parece também possível que o café tenha sido usado como alimento na Arábia e só mais tarde misturado com a água para fazer uma bebida. A primeira versão desta bebida foi, provavelmente, um líquido produzido macerando alguns grãos com pergaminho em água fria. Mais tarde, esses grãos foram torrados em fogueiras e depois fervidos em água durante cerca de 30 minutos, até se obter um líquido amarelo-claro.

Por volta do ano 1000, a bebida era ainda uma decocção relativamente grosseira, feita com grãos verdes e os seus pergaminhos. Provavelmente, foi apenas por alturas do século XIII que se começou a secar os grãos antes de os usar; eram postos ao sol e, uma vez secos, podiam guardar-se por longos períodos. Depois disso, foi um pequeno passo até os torrarem sobre um fogo de carvão.

PRIMEIROS USOS

Inicialmente, o café era consumido apenas no decurso de cerimónias religiosas ou por conselho médico. Depois que os homens da medicina constataram os efeitos benéficos do café, foram cada vez mais os que o começaram a receitar.

O café era usado para tratar uma variedade surpreendente de problemas, incluindo pedras nos rins, gota, varíola, sarampo e tosse.

Um tratado de finais do século XVII, sobre o café e os seus usos, cita a obra do botânico Prosper

Alpinus. Neste livro sobre os remédios e plantas do Egipto, Alpinus escreve: “É um excelente remédio contra a cessação dos fluxos das mulheres e elas fazem muitas vezes uso dele, quando o seu fluxo não é tão rápido quanto desejariam... é um remédio rápido e certo para aquelas mulheres, que, não tendo os seus fluxos, são atormentadas por dores violentas”.

Alpinus prossegue, descrevendo como se fazia o café: “Esta decocção, fazem-na de duas maneiras: uma com a pele ou o exterior do referido grão e outra com a própria substância do grão. A que é feita com a pele tem maior poder do que a outra...”

O grão é colocado num instrumento de ferro, firmemente fechado com a tampa, por este instrumento introduzem um espeto por meio do qual o voltam no fogo, até que fique bem torrado; depois do que, tendo-o pisado bem até ficar um pó muito fino, se pode fazer uso dele, proporcionalmente ao número de pessoas que o vão beber: a terça parte de uma colher para cada pessoa, e deite-a num copo de água a ferver juntando também um pouco de açúcar. E depois de ter fervido um pouco, deve deitá-lo em pires de porcelana ou de qualquer outro tipo e deixar bebê-lo aos poucos, o mais quente que se possa suportar.”



BUN E BUNCHUM

A palavra africana para o cafeeiro era *bun*, que depois deu, em árabe, *bunn*, significando tanto a planta como a baga. Rhazes (850-922), médico que viveu no Iraque persa, seguidor de Galeno e de Hipócrates, compilou uma enciclopédia médica na qual se refere ao grão como *bunchum*. A sua dissertação sobre as propriedades curativas levou indubitavelmente a crer que o café era conhecido como remédio havia mais de mil anos. Referências semelhantes surgem nos textos de Avicena (850-1037), outro distinto médico e filósofo muçulmano.

A palavra “café”, enquanto bebida, é uma forma modificada do termo turco *kahveh* que, por sua vez, deriva do árabe *kahwa* (ou *qahwah*).

in Manual Enciclopédico do Café



Bean Machine

O carro movido a café

O engenheiro britânico Martin Bacon desenvolveu um carro que se move com um subproduto do café. O *Bean Machine*, ou *Coffee Car Mark 2*, como é chamado o automóvel, estabeleceu, em Fevereiro deste ano, em Manchester, um recorde de velocidade reconhecido pelo Guinness Book of Records: foi considerado o veículo mais rápido da história a ser movido por café, tendo alcançado a velocidade de 104 km/h.

A *Bean Machine* foi construída sobre uma antiga pick-up Ford F100 de 1989.

Embora não use gasolina ou diesel, o sistema ainda precisa de carvão para aquecer o café a 700°. Contudo, de acordo com o inventor, a solução é mais ecológica do que o uso de derivados de petróleo. No entanto, o custo é entre 25 e 50 vezes mais caro do que a gasolina. Outra desvantagem é o enorme peso acrescido pela caldeira.

O carro é equipado com um sistema gaseificador que queima o material orgânico a altas temperaturas. Como resultado, gera gases combustíveis, como

monóxido de carbono e hidrogénio, que servem para alimentar um motor a combustão adaptado. Os gases são filtrados e arrefecidos. Depois, o hidrogénio é canalizado para o motor, onde entra em combustão, move os cilindros e coloca o carro em movimento.

A ideia não é necessariamente nova. Em termos de racionamento de combustível na Segunda Guerra Mundial, aproximadamente 100 mil veículos no Reino Unido passaram a usar a queima de gases para circular.








Em 2010, Martin Bacon já tinha modificado outro carro, o *Mark 1*, tendo ido de Manchester até Londres. A viagem entrou no livro Guinness Book of Records como sendo a maior jornada percorrida por um carro movido a café.

Assista ao vídeo em <http://www.youtube.com/watch?v=5ZXXKyEhW6x8>.













O Café na Cozinha

INGREDIENTES:

-  1 peça de maminha, limpa, com uma pequena camada de gordura
-  100 ml de café
-  100 ml de vinho tinto seco
-  1 colher (chá) de glutamato monossódico
-  1 chávena (chá) de sal grosso
-  50 g de manteiga
-  1 colher (chá) de tomilho

Misture num recipiente: o **café**, o vinho tinto seco e o glutamato monossódico. Com o auxílio de uma seringa, com agulha bem grossa, injecte a mistura no interior da carne e deixe tomar gosto durante uma noite no frigorífico. Retire a carne do frigorífico e deixe 1 hora à temperatura ambiente, num recipiente fechado. Esfregue o sal grosso por toda a peça, enrole-a em 4 voltas de papel celofane especial para churrasco e leve-a à parte alta da churrasqueira (50 cm) durante aproximadamente 2 horas. Retire a carne do celofane com cuidado para não se queimar com o vapor, e barre-a com uma mistura de manteiga e tomilho. Volte a colocar na churrasqueira, agora a uma distância de 20 cm das brasas, durante apenas 3 minutos de cada lado, até dourar. Sirva fatiada e acompanhada de batatas a murro.

INGREDIENTES:

-  1 chávena (chá) de biscoitos Amaretto
-  8 colheres (sopa) de queijo mascarpone
-  2 colheres (sopa) de açúcar
-  **2 colheres (sopa) de café solúvel**
-  1 chávena (chá) de leite
-  ½ chávena (chá) de nata
-  3 colheres (sopa) de cacau em pó
-  2 colheres (sopa) de licor Amaretto
-  4 colheres (sopa) de chantilly
-  Raspas de chocolate e biscoitos Amaretto triturado q.b.

Triture os biscoitos com a varinha e reserve. Coloque numa tigela o queijo mascarpone, o açúcar e o **café solúvel**. Mexa vigorosamente até ficar homogéneo e reserve. Misture no blender o leite com o cacau em pó e o licor de Amaretto. Disponha os biscoitos em 2 copos de capacidade para 300 ml (apertando bem para fazer uma massa compacta), disponha a mistura de mascarpone e **café**. Verta o leite batido. Cubra com chantilly e decore com raspas de chocolate e biscoito Amaretto triturado.



Maminha ao Molho de Café

A maminha é um tipo de corte da carne bovina. Está localizada na parte traseira do animal entre o lombo e a coxa e representa, aproximadamente 8,84% da carcaça. O corte tradicional é cortado transversalmente do membro do animal em fatias de cerca de 2 cm, e é assado no espeto duplo ou na grelha, rapidamente, em lume forte.



Tiramisu de Beber

O Tiramisu é uma sobremesa tipicamente italiana, possivelmente originária de Treviso, região do Vêneto, e que consiste em camadas de pão de ló (em geral substituído por biscoitos do tipo inglês ou champanhe) embebidas em café, entremeadas por um creme à base de queijo mascarpone e polvilhadas com chocolate amargo.



Cocktails e Bebidas

Café com Creme de Laranja

A laranja é o fruto produzido pela laranjeira. É um fruto híbrido, criado na antiguidade a partir do cruzamento da cimboa com a tangerina. O sabor da laranja varia do doce ao levemente ácido.

Frequentemente, esta fruta é descascada e comida ao natural, ou espremida para obter sumo. As pevides (pequenos caroços duros) são habitualmente removidas, embora possam ser usadas em algumas receitas. A casca exterior pode ser usada também em diversos pratos culinários, como ornamento, ou mesmo para dar algum sabor. A camada branca entre a casca e as gomas, de dimensão variável, raramente é utilizada, apesar de ter um sabor levemente doce. É recomendada para “quebrar” o sabor ácido da laranja na boca, após terminar de consumir o fruto.

INGREDIENTES:

- ☞ 2/3 chávena (chá) de natas frescas
- ☞ ½ colher (chá) de raspas de casca de laranja
- ☞ 1 colher (sopa) de açúcar
- ☞ **1 chávena (chá) de café quente**
- ☞ 1 colher (chá) de raspas de chocolate semi-amargo

Bata as natas com as raspas de laranja e o açúcar até engrossar um pouco. Encha as taças com metade do creme. Bata o restante até obter picos firmes e reserve. Acrescente o café e o chocolate nas taças. Finalize com o restante creme batido e decore com chocolate em pó.



Sandra Azevedo
Consultora & Formadora

☎ 214 052 473

☎ 919 255 729

@ sandraazevedo@academiadocafe.pt

www.academiadocafe.pt