

# Mixer

IDEE E TENDENZE PER IL MONDO DELL'OSPITALITÀ

**ESPRESSO  
MERCATO  
TREND**

**QUALITÀ**  
**CAFFÈ**

**MIXABILITY  
MISCELA  
AROMA  
RICETTE**



*Croissant Integrale Mela e Cannella*



*Gamma Vegano*



*L'Aurora*





**TRE MARIE**

CONTEMPORANEITÀ  
E TRADIZIONE  
PER UNA COLAZIONE  
CHE SA DI NATURA



Ogni mattina  
per il tuo bar scegli  
i Croissant 5Cereali, Integrale,  
L'Aurora e il Vegano  
di Tre Marie.



*Tre Marie Croissanterie,  
i profumi e i sapori del risveglio*

**TRE MARIE**

*Antica Marca*

PASTICCERIA ITALIANA  
DAL 1896





## L'EDITORIALE

di David Migliori

# Si fa presto a dire caffè

**Mercato, varietà, importazioni ed esportazioni, specialità regionali, un pizzico di mixability e i consigli per la salute**

**S**i fa in fretta a dire caffè. Ma cosa c'è dietro quei pochi cl di fumante liquido nero che la maggior parte di noi assapora più volte al dì, e che viene servito ai clienti tutti i giorni dell'anno? Per citare l'articolo di Carmela Ignaccolo che apre il giornale: "Ogni tazzina, non è solamente una tazzina, ma ha una sua storia, lunga, complessa e quasi totalmente ignorata dai più". Il rito che milioni di persone compiono al bancone del bar è solo l'ultimo atto di un percorso che parte da lontano e questo nostro secondo supplemento di Mixer dedicato al nero chicco (e a tutto quello che ci gira attorno) prova a raccontare fin dalle prime pagine (a pag. 6), i flussi commerciali, le importazioni, le esportazioni, il dietro le quinte della produzione mondiale. Un viaggio leggero ma approfondito che coinvolge anche i consumi, le zone di produzione e le tipologie...

**Si fa presto a dire caffè "italiano". Ma italiano di dove?** Quando si va ad approfondire la questione, si scopre che, come al solito, ogni regione fa da sé. Solo per citare alcune delle "specialità locali" più note, ecco la "calda" versione calabrese con zucchero di canna e brandy; il *bicerin* torinese adatto ai più golosi, con cioccolato e panna oppure, riscendendo lungo la penisola, il caffè alla salentina con ghiaccio e latte di mandorla... Ma non mancano altre interessanti proposte locali (pag.18).

**Facile dire caffè dando per scontato che ci si riferisca al nostro 'espresso'...** Nel nostro viaggio intorno al mondo abbiamo scoperto che in Brasile viene servito

un *Cafezinho* dove l'acqua viene zuccherata ancor prima di aggiungere il caffè; in Arabia Saudita e in altri paesi arabi è normale vedersi proporre un *Qahwa*, dove a dominare sono i sapori di cardamomo e cannella; in Australia la norma non è certo la tazzina, bensì una sorta di cappuccino; in Vietnam il caffè viene portato addirittura gelato... E le curiosità non si esauriscono qui (a pag. 22)...

**Sembra semplice preparare un caffè ma...** A pag.30 ecco una serie di strumenti all'avanguardia per stupire i clienti e provare a preparare alternative a quanto si è sempre fatto, ad esempio proponendo dei caffè all'americana con modalità di preparazione che vanno dall'infusione al french press...

**È comodo dividere la giornata tra "caffè la mattina" e "alcolici la sera", ma non è sempre così.** Nel boom della mixability degli ultimi anni non poteva mancare uno spazio (e che spazio!) per la riscoperta del caffè nel bere miscelato. Ricette, consigli ed errori da evitare a pag. 38.

**Va bene il caffè ma come la mettiamo poi per il cuore, la pressione e l'ansia?** I consigli del nostro esperto tranquillizzano e chiariscono dubbi diffusi (a pag. 44). Un uso moderato della caffeina non ha effetti negativi sull'organismo (a meno che non si abbiano già alcune precise patologie), anzi, ci sono buone ragioni per aggiungere un po' di caffè alla propria quotidianità... Noi 10 buoni motivi li abbiamo trovati senza alcuna fatica.

di Carmela Ignaccolo

## Così classico, così moderno

**Arrivato nel vecchio continente  
in un tempo (ormai) lontano,  
si conferma vicino (ancora e  
sempre) ai consumatori e alle  
loro esigenze**

**P**iù di tre secoli (anzi, quasi quattro) e non sentirli. Dal suo arrivo in Europa nel tardo '600 ad oggi, infatti, il caffè non sembra perdere un colpo, ma continua a mantenere inalterato il suo carisma di bevanda stimolante, dal potere socializzante e con una forte propensione all'innovazione.

Se infatti per il Giovin signore di Parini la nera bevanda era la panacea in grado di curare "l'ipocondria" e (perché no?) eliminare "l'adipe dalle divine membra", oggi non pare che le cose siano cambiate granché, e non solo visto che il caffè tiene ben saldo il suo primato di "sveglia mattutina" (per la Fipe, infatti, ammontano al 19% gli italiani che la mattina fanno colazione con una tazzina di caffè e al 49,3% quelli che lo bevono insieme ad un cornetto o altro). Ma anche perché studi recenti riconoscono all'espresso la capacità di accelerare il metabolismo (e quindi di bruciare più in fretta i grassi), di ridurre lo stress e indurre felicità.

E se per gli illuministi il caffè aveva indubbie capacità di risvegliare gli animi (non è un caso che "Il caffè" fosse proprio il titolo della rivista dei fratelli Verri, crogiuolo del pensiero dei Lumi) uguale proprietà gli viene riconosciuta anche oggi, perché in grado di stimolare il rilascio di dopamina.

Quanto alla sua originaria forza di aggregatore sociale (ricordate la Bottega del caffè di Goldoni, snodo e motore dell'azione scenica?) un dato è certo: essa si è riconfermata nel tempo, rifrangendosi e moltiplicandosi nei vari format (bar diurno, serale, bar multipurpose, lunch bar) e nelle varie culture mondiali e regionali.

Quindi? Beh, gli antichi hanno visto lungo...

Supplemento a Mixer N° 310 - Ottobre 2018

### Redazione

**Carlo Antonelli** • Direttore Responsabile

**David Migliori** • Vicecaporedattore

david.migliori@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 6556

**Maria Elena Dipace** • Redattrice

mariaelena.dipace@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 6554

**Carmela Ignaccolo** • Redattrice

carmela.ignaccolo@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 6555

**Elena Cotos** • Segreteria

elena.cotos@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 6553

### Collaboratori

Maddalena Baldini, Chiara Bandini, Nicole Cavazzuti, Elena Consonni, Alessio Crisantemi, Paola De Felice, Giulia Erba, Claudia Ferretti, Luca Gardini, Giulia Rebecca Giuliani, Paola Imparato, Manuel Messina, Anna Muzio, Carlo Odello, Planet One Service, Walter Pugliese, RG Commerciale, Riccardo Rossi, Francesco Scardovi, Gian Marco Stefanini, Lino Stoppani

### Pubblicità

**Giorgio Lomuio** • Sales Manager

giorgio.lomuio@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 7383

**Nadia Zappa** • Ufficio Traffico

nadia.zappa@fieramilanomediamedia.it • tel: 02 4997 6534

### Produzione

**Grafica e fotolito** • Emmegi Group - Milano

**Stampa** • Tipografia Luce s.r.l. - Osimo (An)

### Aderente a:

**ANES** ASSOCIAZIONE NAZIONALE  
EDITORIA DI SETTORE

### Proprietario ed Editore



**Fiera Milano Media**

**Enio Gualandris** • Presidente

**Carlo Antonelli** • Amministratore Delegato

**Sede legale** • Piazzale Carlo Magno, 1

20149 - Milano

**Sede operativa e amministrativa**

SS. del Sempione, 28 - 20017 Rho (MI)

tel. +39 02 4997.1 fax +39 02 49976573

www.fieramilanomediamedia.it

Fiera Milano Media è iscritta al Registro Operatori della Comunicazione  
n. 11125 del 25/07/2003.

Tutti i diritti di riproduzione degli articoli pubblicati sono riservati.

# Sommario

MIXER COLLECTION CAFFÈ 2018



## SCENARIO

### 6 I MERCATI

Prezzi, volumi, export, consumi

### 10 I TREND

Dalla produzione alla torrefazione, fino alla tazzina



## IN PRIMO PIANO

### 14 ITALIA

Regione che vai, espresso che trovi

## 22 MONDO

Il giro del mondo tra preparazioni, miscele e attrezzature esotiche



## CAFFETTERIA

### 30 ATTREZZATURE

Strumenti all'avanguardia ad elevato contenuto tecnologico

### 34 LE 5 M

Le regole d'oro per i professionisti



## MIXABILITY

### 38 INCHIESTA

Coffee & Spirits, un'opportunità da cogliere



## SALUTE

### 44 SUGGERIMENTI

I consigli dell'esperto per bere caffè nelle giuste quantità





# L'Accademia Vergnano torna a Casa.

L'Accademia Vergnano si rinnova e cambia indirizzo, ritornando a Chieri, nell'antica Casa Liberty dove la Famiglia Vergnano, nel 1882, ha dato vita alla prima torrefazione di caffè.

Riconosciuta da SCA come Premier Training Campus in Italia, forma professionisti di alto livello. Ai corsi dedicati al caffè si affiancano workshop di bar management, mixology e molti altri.



# Dietro la tazzina? Un mondo

**PREZZI, VOLUMI PRODOTTI, EXPORT, CONSUMI, CONDIZIONI METEO E GEOGRAFIE: ECCO A VOI LE "EMINENZE GRIGIE" DEL CAFFÈ**

di Carmela Ignaccolo

**L**e apparenze ingannano. Anche quelle dell'espresso al bar. Perché ogni tazzina, non è solamente una tazzina, ma ha una sua storia, lunga, complessa e quasi sempre totalmente ignorata dai più. Il momento in cui il caffè viene degustato al bar, infatti, non è che l'atto finale di una vibrante sarabanda fatta di flussi commerciali, importazioni, esportazioni, condizioni meteo mutevoli e imponderabili e persino dei famigerati fondamentali (che non sono altro che variabili economiche, in grado di influire sullo stato di salute di un mercato come, per esempio, la sua capacità produttiva). Una sarabanda scandita dalle stagioni della semina e da quelle del raccolto, che deve fare i conti con i monsoni e la siccità e che viene declinata in base alle diverse latitudini. E anche se non sempre c'è un rapporto diretto di causa ed effetto tra queste dinamiche e il prezzo dell'espresso al consumatore finale, è comunque interessante conoscere il backstage della tazzina.

PAESE IMPORTATORE		
USA		
Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
19.765	19.057	-3,6%

PAESE IMPORTATORE		
Unione Europea		
Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
53.493	55.091	+3,0%

PAESE IMPORTATORE		
Svizzera		
Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
2.009	2.179	+8,5%

Fonte dei dati:  
International Coffee Organization

## DIETRO LE QUINTE

A luglio la produzione mondiale per il 2017/2018 è stata stimata dall'ICO (International Coffee Organization) intorno ai 158 milioni di sacchi; in questo scenario l'arabica, con oltre 97 milioni di sacchi, riconferma il suo primato sulla robusta che segue a quota 61 milioni circa.

E per il prossimo biennio si ipotizza un ulteriore, sensibile aumento produttivo.

Una prospettiva che continuerà ad incidere al ribasso sull'andamento dei prezzi, che già negli ultimi 20

mesi hanno fatto registrare solo cinque aumenti. Basti pensare che la media mensile dell'indicatore composito ICO ad agosto 2018 è scesa a 102,41 centesimi di dollaro per libbra, pari al -4,5% rispetto al mese precedente e al -20,1% rispetto ad agosto 2017. Un agosto così negativo si è avuto solo nel 2006 quando il prezzo dell'indicatore mensile scese a 95,78 centesimi per libbra.

Il calo maggiore (-5,5%) si è verificato nel prezzo medio del Brazilian Naturals, sceso a 104,46 centesimi seguito dalla Robusta giù del 4,4%.



### PAESE IMPORTATORE

#### Norvegia

Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
536	485	<b>-9,5%</b>

### PAESE IMPORTATORE

#### Federazione Russa

Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
3.659	3.597	<b>-1,7%</b>

### PAESE IMPORTATORE

#### Giappone

Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
5.203	4.823	<b>-7,3%</b>

### PAESE IMPORTATORE

#### Tunisia

Ott.-Mag. 2016/17	Ott.-Mag. 2018/19	Variazione %
385	336	<b>-12,8%</b>

### CAFFÈ VERDE VOLUMI IMPORTATI (in tonnellate)

Italia		Germania	
Brasile	176.738	Brasile	360.294
Vietnam	128.272	Vietnam	292.899
India	73.335	Honduras	93.816
Uganda	41.557	Colombia	64.602
Indonesia	37.074	Perù	58.583
Altri	123.299	Altri	270.795
<b>TOTALE</b>	<b>580.274</b>	<b>TOTALE</b>	<b>1.140.989</b>

Francia		Spagna	
Brasile	48.797	Vietnam	126.542
Vietnam	43.349	Brasile	45.017
Honduras	18.042	Germania	38.386
Belgio	17.999	Colombia	17.850
Etiopia	12.200	Uganda	9.731
Altri	69.497	Altri	49.979
<b>TOTALE</b>	<b>209.884</b>	<b>TOTALE</b>	<b>287.504</b>

Fonte dei dati: Eurostat

## I CONSUMI

Il consumo mondiale di caffè, cresciuto costantemente a un tasso medio annuo del 2%, è passato da 90,28 milioni di sacchi nel 1990/91 a circa 162,12 milioni nel 2017/18.

Si prevede che i maggiori guadagni si verificheranno in Sud America, con un consumo stimato di 26,97 milioni di sacchi: praticamente parliamo di un +3,3% rispetto al 2016/17.

Ruolo importante in questo exploit è quello giocato dalla crescita del Brasile. Per Asia e Oceania si stima una crescita del 3%, del +2,6%, invece, per il Nord America dove i volumi dovrebbero aggirarsi intorno ai 30,34 milioni di sacchi.



## Le tipologie

L'Arabica – che secondo la classificazione proposta dall'ICA\* viene distinta in Colombian Mild Arabicas, Other Mild Arabicas, Brazilian Natural Arabicas – trova il suo habitat naturale tra i 600 e 2.000 metri di altitudine, mentre la Robusta alligna bene a quote più basse (tra il livello del mare i 600 metri).

Sotto il profilo organolettico, la prima ha un gusto più dolce e un minore contenuto di caffeina che non supera di solito l'1,7% mentre la Robusta può contenerne anche più del 3%.



**Arabica**



**Robusta**

\* Accordo Internazionale del Caffè (ICA) stipulato tra paesi produttori di caffè e paesi consumatori. La versione più recente risale al 2007 e annovera 42 esportatori e 6 importatori (l'Unione europea rappresenta tutti i suoi Stati membri come un membro).



## LE ESPORTAZIONI

Complessivamente, rispetto a luglio 2017 l'aumento si è attestato a 10,11 milioni di sacchi (+4,6%). In riferimento ai principali paesi produttori, vediamo come particolarmente positive siano le performance del Brasile che ha segnato +24,2% attestandosi a 2,33 milioni di sacchi a luglio 2018; quelle del Vietnam che ha raggiunto i 2,22 milioni di sacchi (il 20,7% in più rispetto a luglio 2017) e quelle dell'Etiopia, che è stato il sesto maggior esportatore nel luglio 2018 con un volume di spedizioni in crescita del 15,6% rispetto a luglio 2017.

Negative invece le esportazioni per l'Honduras, penalizzato dalle condizioni meteorologiche, e per l'Indonesia.

La Colombia, infine, dopo un inizio anno infelice, ha però recuperato in corner a luglio, segnando un +7,5% rispetto ai mesi precedenti. **M**

## Zone di produzione

Secondo ICO, i principali produttori a livello mondiale sono: Brasile, Vietnam, Colombia e Indonesia.

Seguono – con posizionamento variabile in base alle annate – Messico, Guatemala, Honduras, Etiopia, India, Uganda, Costa d'Avorio, Nicaragua, Perù.



In estrema sintesi, ecco una distribuzione geografica delle due principali tipologie:

- Africa Orientale, America Centrale e America Meridionale sono la patria dell'Arabica;
- Estremo Oriente e Africa Occidentale sono invece le aree di maggior produzione della Robusta.





# Il successo “dell'oro nero”

**DALLA PRODUZIONE ALLA TORREFAZIONE, DAL VENDING  
AL MONOPORZIONATO, ALLA SEMPLICE TAZZINA**

**C**resce la produzione di caffè nel mondo. Secondo l'ultimo report dell'Ico (l'International coffee organization). La produzione, infatti, è stimata nel 2017/18 di 158 milioni di sacchi di caffè verde ed appare più che sufficiente a coprire la domanda di caffè nel mondo, con un surplus di oltre 770 mila sacchi.

La produzione comunque appare più che sufficiente a coprire la domanda di caffè nel mondo, con un surplus pari a 778 mila sacchi.

Nel 2017 i 158 milioni di sacchi sono stati soprattutto di Arabica (97,43 milioni, il 61,0% del totale). Prima area per produzione il Sud America (70,59 milioni di sacchi) davanti a Asia e Oceania (49,48), Messico e America Centrale (21,92) e Africa (17,66). In termini di nazioni i primi tre produttori sono

Brasile, Vietnam e Colombia. Tra le aree che consumano più caffè spiccano l'Europa (51,93 milioni di sacchi) davanti a Asia e Oceania (35,17), Nord America (29,66), Sud America (25,42) e Messico e Centro America (5,33).

In Europa l'Italia con 8,8 milioni di sacchi nel 2013 (per l'Europa non ci sono dati disaggregati più recenti) è secondo importatore dopo la Germania (21,2) e terzo al mondo dietro anche agli Stati Uniti (28,8 milioni di sacchi nel 2016).

Del resto che il mercato italiano sia eccezionale lo confermano i dati Fipe, che ci dicono come in Italia il 97% delle persone adulte consuma quotidianamente caffè. Molti gli italiani che lo prendono in uno dei 149 mila bar sparsi sul territorio, che sfornano ogni giorno in media 175 tazzine, che valgono il 32,5% del fatturato complessivo di un esercizio di medie

dimensioni. Il consumo interno, pari a 6 miliardi di tazzine all'anno, è coperto secondo i dati Cerved del 2016 quasi esclusivamente dal non decaffeinato, che ha coperto nello stesso anno il 95,5% del mercato. Un dato in crescita, visto che nel 2018 si stima arrivi al 95,8%.

Sempre secondo Cerved nel nostro Paese ci sono 700 imprese che operano nella torrefazione, con 6.300 addetti, un fatturato di 3,5 miliardi di euro, un'importazione che copre il 7,8% del mercato interno e un'esportazione pari al 35,1% della produzione. L'Italia, la cui produzione è cresciuta del 4,6% tra il 2016 e il dato stimato del 2018, è il quarto Paese al mondo per esportazione di caffè torrefatto dopo Stati Uniti, Germania e Belgio. I principali Paesi a cui "vendiamo" il nostro caffè sono Austria, Spagna e Germania.

Produciamo e vendiamo anche macchine per espresso, un mercato in grande espansione secondo Uci-mac: il giro di affari è di 445 milioni (2016) con una crescita rispetto all'anno precedente del 4,7% dovuto soprattutto all'export (cresciuto del 3,8%) e una

previsione pressoché analoga per il 2017 (+4,5%). In crescita anche il numero di caffè erogati dalle macchine distributrici automatiche.

Secondo i dati di vendita di Confida, nel 2017 il vending ha "sputato" 2,7 miliardi di caffè, con un aumento dello 0,59% rispetto al 2016. Il caffè traina l'intero mercato, che vale 3,5 miliardi di euro a fronte di 11,1 miliardi di consumazioni complessive. Dato che comprende anche il porzionato, ossia il segmento delle capsule e delle cialde che nel 2017 ha fatturato 1,7 miliardi di euro con una crescita del 5,1%, frutto di 6,1 miliardi di consumazioni. Il parco macchine è aumentato dello +0,65% nel 2017, con oltre 810 mila vending machine installate lungo lo Stivale, che fanno dell'Italia il primo Paese in Europa (seguono la Francia con 590 mila vending machine e la Germania con 550 mila).

I distributori sono diffusi nell'industria (35%), in uffici privati (15%), commercio (13%), scuola e università (13%), ospedali (11%), uffici pubblici (6%) e luoghi di transito (4%) e di svago (3%).



Fonte: host





**#RancilioSpecialty**



**[www.ranciliogroup.com](http://www.ranciliogroup.com)**



**Rancilio Specialty al Milan Coffee Festival**  
**30 Novembre – 2 Dicembre**  
**Spazio PELOTA**  
**Via Palermo 10 Milano / Stand M03**



# RANCILIO

◊ S P E C I A L T Y ◊

# Regione che vai espresso che trovi

**NATE SULLA SCIA DI USANZE, SAPORI E CUCINE LOCALI, LE VERSIONI DEL CAFFÈ IN ITALIA SONO PARTE DELLA NOSTRA STORIA. MA OGGI DEVONO FARE I CONTI CON LE RICHIESTE DI QUALITÀ E DI PROFESSIONALITÀ**

di Anna Muzio

**L**ungo o corto, tazza grande o piccola, macchiato caldo o freddo, corretto grappa o sambuca, marocchino o shakerato: l'ossessione degli italiani per il caffè espresso è ben nota e frutto di più di uno sfottò all'estero. Ne sa qualcosa il personale di sala di un ristorante quando deve raccogliere gli ordini di una tavolata e gestire spesso tante

variazioni quanti sono i commensali.

Non si tratta solo di gusti personali però. Nel Paese dei particolarismi regionali, municipali e pure rionali anche la tazzina nazionale non poteva essere uguale ovunque: e infatti basta cambiare città per trovare variazioni di colore e aroma, gusto e quantità in tazza.

Sono differenze che risalgono alla notte dei tempi, a storie

**Le direttrici sensoriali dell'Espresso italiano**

Fonte: *l'Italia dei caffè*  
Supplemento a  
*L'Assaggio* Aprile 2013



e dominazioni diverse. Viene però da chiedersi se questi "particolarismi" non siano destinati a soccombere alla prova della globalizzazione e all'arrivo del "perturbatore" Starbucks, alla new wave degli specialty e alle mode globalizzate e instagrammizzate. Abbiamo chiesto ad alcuni protagonisti del mondo del caffè il loro parere. Ecco cosa ci hanno detto.

### **LUIGI ODELLO: UNO STUDIO SCIENTIFICO FOTOGRAFA LE DIFFERENZE**

"La regionalità dell'espresso italiano ha profonde radici antropologiche che si legano alla storia degli stati italiani, alla cucina, ai vini e alle alleanze politiche e possibilità di approvvigionamento della materia prima – spiega **Luigi Odello**, presidente dell'**Istituto Internazionale Assaggiatori Caffè** che da anni studia il fenomeno –. Dire che i torinesi prediligono il caffè più acido perché i bar nascevano da contadini urbanizzati avvezzi alla barbera può sembrare banale, ma molti degli anziani torrefattori lo affermano. Però non spiegano perché spingendosi ad Alessandria il caffè sia meno acido, più tostato".

Il caffè sta vivendo grandi cambiamenti, ha ancora senso parlare di differenze regionali? "Perdere la regionalità significherebbe perdere una ricchezza immensa. È la nostra risposta alla globalizzazione: se il piacere ha più volte noi possiamo soddisfarli tutti grazie all'arte della tostatura e della miscela propria del made in Italy".

Chi tiene viva la tradizione? "I torrefattori che non si scollano dai modelli di qualità consolidati nel tempo, che non seguono pedissequamente le mode e non si arrendono alla logica del prezzo basso. E i costruttori di attrezzature che innovano per migliorare l'espresso in tazza senza cedere alle lusinghe dell'automazione ma puntando sul barista, fondamentale per offrire un espresso perfetto".



### **CRISTINA CAROLI: MA LA TRADIZIONE È SEMPRE UNA BUONA COSA?**

"L'espresso italiano qual è? Per noi è un metodo di estrazione – chiarisce subito **Cristina Caroli**, coordinatrice **Sca Italia** –. Esistono differenze regionali svariate nate da fattori culturali e ambientali. C'è una visione comune legata a un certo tipo di ambiente e di offerta, che crea e genera la consuetudine, un imprinting gustativo dato anche da un'azienda sul territorio. È uno zoccolo duro non scalfibile dalle mode, che resterà sempre. Ma si sta affermando anche una cultura del prodotto al di là del brand e del metodo di estrazione. Oggi occorre avere uno sguardo aperto per incontrare i gusti di tutti, anche degli stranieri".

Il punto centrale resta però la qualità. "A volte tradizione significa banalità, produce caffè che sono cloni uno dell'altro. Spesso l'espresso è il rifugio di un caffè eccessivamente tostato per nascondere una cattiva materia prima, e una miscela di bassa qualità viene passata per tradizione. Mentre un professionista è in grado di creare caffè completamente diversi tra loro. Mi rifiuto di relegare l'espresso ai 25 cc in 25 secondi. Un barista che conosce il prodotto, tecnicamente preparato e impeccabile: è lui che tiene viva la tradizione".



## LUIGI MORELLO: STARBUCKS? UNO STIMOLO PER TUTTO IL SETTORE

“Le differenze regionali dell’espresso sono la nostra vera tradizione, portata avanti dai 20 milioni di italiani che ogni giorno bevono l’espresso nei 149mila bar italiani. La sfida futura è se mai l’attenzione alla qualità e al consumatore, perché questa tradizione va spiegata e raccontata al cliente – dice **Luigi Morello, fondatore di MUMAC Academy** –. Nel caffè infatti sta avvenendo ciò che si è già verificato in altri settori: aumenta la cultura del consumatore e parallelamente la qualità dell’offerta”.

A settembre arriva Starbucks... “Starbucks ha già fatto cambiare le cose prima ancora di arrivare, ha portato energia e voglia di innovare, è uno stimolo per tutto il settore. Per attirare i nuovi consumatori bisogna saperli accogliere. La nuova sfida è quella di rendere i bar italiani luoghi sempre più accoglienti dove fare due chiacchiere, lavorare, leggere un libro. Raccontare la storia del caffè, far capire che la preparazione sono solo gli ultimi 30 secondi di un lungo viaggio. Il barista deve essere al centro del bar come la macchina del caffè al centro del banco, non dietro: e questo anche tramite una formazione qualificata e certificata”.



## MORENO FAINA: CONOSCERE LA TOSTATURA CHE ESALTA LA DIFFERENZA

“Le differenze regionali esistono per ragioni storiche consolidate, ma è importante renderne consapevoli il barista, che può scegliere la tostatura adatta

a seconda del gusto dominante della propria clientela – dice **Moreno Faina, direttore dell’Università del Caffè di illycaffè** –. Ma per fare ciò deve essere preparato alla corretta trasformazione e seguire le ricette che esaltano le varie caratteristiche: più o meno tostato, cioccolato, aromatico”. Come si mescolano oggi le due anime, la

tradizione locale dell’espresso e la sperimentazione di monorigini ed estrazioni alternative?

“Non sempre l’espresso copre tutte le esigenze, penso che per il consumatore a tutti i livelli sia importante la varietà delle preparazioni disponibili, la costanza qualitativa del prodotto trasformato e la possibilità di ritrovare il suo caffè preferito al bar. Ci sarà sempre un gusto dominante nella cultura del cliente, ma crescerà la voglia di sperimentare”. Al centro delle differenze di gusto c’è la tostatura “il quarto d’ora più importante della vita del caffè; varie curve di tostatura esaltano composizioni aromatiche diverse, tenendo conto che ci sono più di mille aromi nel caffè e che vengono liberati in momenti diversi della torrefazione”.

Tradizione e innovazione, in fondo, sono due facce della stessa medaglia, purché ci sia alla base un buon caffè. Che il cliente è sempre più pronto a riconoscere, in tutte le regioni d’Italia.



parmalat

# ZYmil<sup>®</sup>

Alta Digeribilità

*il Cappuccina  
senza lattosio*



OTTIMA  
MONTATURA



PERFETTO PER  
LA LATTE ART



IDEALE SIA A CALDO  
CHE A FREDDO



## ZYMIL DA 50 ANNI L'ESPERTO DEL SENZA LATTOSIO... DA OGGI ANCHE AL BAR!

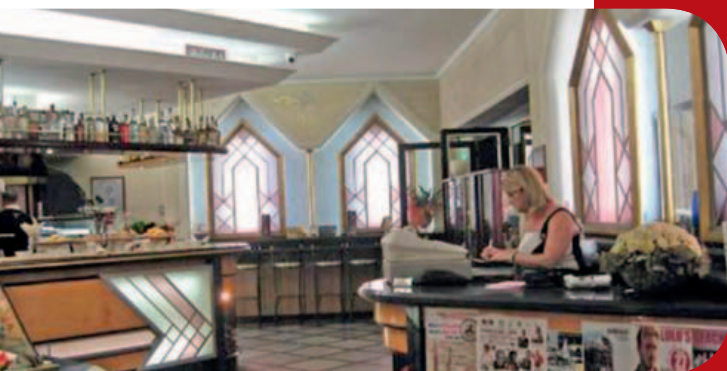
*Il latte più venduto nella grande distribuzione italiana\* arriva anche nel bar,  
per realizzare cappuccini Senza Lattosio, buonissimi e ad alta digeribilità.*

@ZYMILITALIA



Seguici sui social e scopri tutto il mondo del Cappuccino Zymil su [www.parmalat.it/zymil/al-bar/](http://www.parmalat.it/zymil/al-bar/)

## Cinque ricette da Nord a Sud



Come si preparano i caffè miscelati più noti che si sono affermati sfruttando materie prime ed eccellenze locali

### CAFFÈ CALABRESE

In un bicchiere piccolo si mette lo zucchero di canna, si aggiunge il Brandy e si scalda il tutto con il vapore. Si uniscono polvere di liquirizia e caffè: va bevuto bollente.

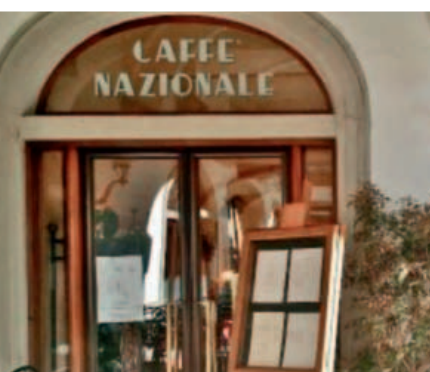
**Dove:** Golosia, Piazza Zaleuco, Marina di Gioiosa Jonica [RC]



### BICERIN TORINESE

È costituito da tre strati di caffè, cioccolata e crema di latte o panna liquida che non vanno mescolati. È l'evoluzione della settecentesca bavareisa. È spesso accompagnato da una pasta di meliga.

**Dove:** Caffè Al bicerin, Piazza della Consolata 5, Torino  
<https://bicerin.it/>



### CAFFÈ ALLA SALENTINA

L'usanza di bere caffè con ghiaccio in zona è antica e pare venga dalla Spagna ma il caffè in ghiaccio con latte di mandorla è nato a Lecce negli Anni Cinquanta. Si mette il caffè non zuccherato in un bicchiere di vetro con ghiaccio, si unisce il latte di mandorla, si mescola velocemente e si beve subito.

**Dove:** Caffè Alvino, Piazza Sant'Oronzo 30, Lecce.



### CAFFÈ ALLA VALDOSTANA O CAFÉ À LA COGNÈNTSE

Il caffè che socializza prevede la grolla, contenitore in legno con più "becchi" da cui bere a turno. A ogni caffè espresso lungo e bollente si aggiunge mezza tazza di grappa o genepi, due cucchiaini di zucchero, una scorza di limone e arancio, chiodi di garofano, cannella e ginepro. L'orlo della coppa è cosparso di zucchero inumidito con grappa, si dà fuoco al liquido lasciando bruciare fino a quando lo zucchero è caramellato.

**Dove:** Caffè Nazionale, Piazza Emile Chanoux 9, Aosta

### CAFFÈ PADOVANO

La ricetta di Antonio Pedrocchi, che fondò il caffè nel 1831, è fatto da un espresso servito in tazza grande con un'emulsione di panna e menta e una spolverata di cacao.

**Dove:** Caffè Pedrocchi, Via VIII Febbraio 15, Padova

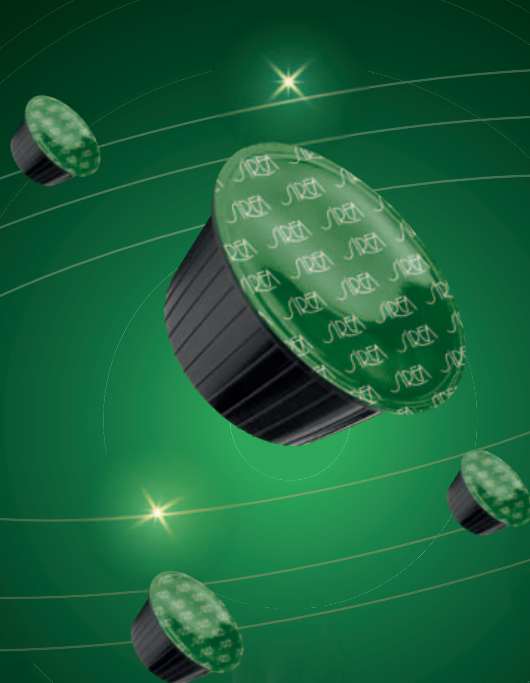




# OGNI GIORNO HA UN GUSTO DIVERSO

16 GUSTI IN LINEA CON LE RICHIESTE DEL CONSUMATORE

MACCHINA PERSONALIZZATA  
PRATICA E VELOCE  
NELL'EROGAZIONE



## SCEGLI TRA 16 MISCELE TUTTE DA GUSTARE

- |                          |   |                           |
|--------------------------|---|---------------------------|
| . ORZOCREM               | . GINCREM CON ZENZERO                     | . CAFFÈ MOCHA E GANODERMA |
| . ORZOCREM & MALTO       | . GINCREM A RIDOTTO CONTENUTO DI ZUCCHERI | . MACHA TEA               |
| . GINCREM                | . CAFFÈ NUT                               | . CHAI MILK               |
| . GINCREM SENZA LATTOSIO | . CAFFÈ CARAMEL                           | . GOLDEN MILK             |

4  
NOVITÀ  
2018

BLUE MILK  
LIMONE ZENZERO & CURCUMA  
ARANCIA MELA & CANNELLA  
MOKACCINO

CONTATTA SIREA AL 0522 254711 - WWW.SIREA.IT - SIREA@SIREA.COM



# La regionalità dell'espresso italiano

L'INEI e l'IIAC hanno analizzato 25.000 test sui consumatori coinvolgendo 210 miscele profilate sensorialmente da 50 giudici, realizzando una "mappa" delle regionalità del caffè italiano. Un work in progress: "Abbiamo generato uno storico, tuttora in fase di crescita, attraverso l'analisi sensoriale scientifica considerando i descrittori oggettivi (caffè amaro, floreale ecc.). Al Sud si prediligono caffè più amari con aromi che tendono alle spezie

e al Nord caffè più acidi con aromi di fiori e frutta fresca più intensi, ma tra i due estremi c'è una policromia impressionante. La differenza di gusto tra costa orientale e occidentale è quasi più rilevante. A est l'espresso tende a essere più scuro, tostato nell'aroma, amaro e cioccolatoso; a ovest mostra una più spiccata acidità e una freschezza che si accompagna a un floreale e un fruttato più spiccati" dice Luigi Odello. **M**

## LOMBARDIA

Fine, delicato e leggero, dalla tostatura mai scura. La frutta secca si unisce a un profumo cioccolatoso, che insieme al tostato ricorda il cacao amaro e il cioccolato fondente.

## VENETO

Rotondo, poco amaro, delicato, tostato piuttosto chiaro, ha profumi vanigliati e cioccolatosi.

## PIEMONTE E LIGURIA

Aromi floreali e fruttati, profumi di miele e frutta fresca, ma anche di mandorle, noci, nocciole e frutta essiccata, che derivano dalla presenza nelle miscele di caffè lavati di alto pregio.

## EMILIA ROMAGNA

Di tostatura media, dolce e cremoso, non manca mai di corpo e di carattere.

## TOSCANA

Bilanciato nei sapori e ricco di aroma, il tratto comune è rappresentato dalle spezie, dalla vaniglia alla cannella: ricordi di pasticceria e di dolcezza, che invitano a bere senza aggiunta di zucchero.

## CAMPANIA

Intenso, scuro, pastoso e persistente, è ambasciatore dell'espresso italiano nel mondo; tostato scuro, con miscele contenenti buone percentuali di Robusta, presenta una spessa crema di colore bruno. Poco acido, ben evidente nell'amaro, ricco di sentori tostati e speziati che terminano nella frutta secca.

## LAZIO

Ricco e intenso, bruno, con una crema alta e densa e una tostatura scura, presenta lievi note di fiori e frutta fresca e sottili sentori speziati con preponderanti aromi tostati e di frutta secca.

## SICILIA

Intenso, corposo e aromatico, ha una crema scura, un profumo intensissimo che richiama alla mente le note tostate e della frutta secca, ma soprattutto spezie come il pepe e la liquirizia.

Fonte: *L'Italia dei caffè*  
Supplemento a *L'Assaggio* Aprile 2013

Se è Barbera è Siciliano.





# Beviamolo strano

**Q**uando andiamo all'estero a noi italiani manca sempre qualcosa, oltre agli spaghetti ed a una buona pizza... un buon caffè!

Mi riferisco all'espresso, quello "ristretto", richiesto in mille modi diversi da noi italiani che, nonostante questo forte legame con la tradizione, un pregio indubbio lo abbiamo: siamo sempre aperti alle novità che arrivano d'oltralpe.

Persino quella recentissima proveniente dagli States: lo Unicorn Milk che, a dirla tutta, non è un caffè, ma che viene proposto come se lo fosse: in una tazza piccola possibilmente trasparente, per far vedere il

## IL GIRO DEL MONDO TRA PREPARAZIONI, MISCELE E ATTREZZATURE ESOTICHE

di Alberto Vita

colore blu della bevanda. Ebbene sì, perché se non lo sapete ancora, lo Unicorn Milk è fatto con latte di cocco, zenzero, vaniglia, limone, miele e blue Majik, il colorante blu, appunto, che si estrae dall'alga spirulina. Ma, "caffè" blu a parte, vediamo come si beve questa bevanda in tutto il mondo. In rigoroso ordine alfabetico.



## ARABIA SAUDITA E PAESI ARABI – QAHWA

Il caffè in Arabia Saudita e in altri paesi arabi si prepara con un mix di caffè, zucchero, cardamomo e, a volte, anche cannella, chiodi di garofano, zafferano e zenzero. Questa miscela si mette nella caffettiera e si porta a ebollizione, operazione che può esser ripetuta 3 volte. Il Qahwa si serve poi con qualche goccia di acqua di fiori d'arancio nelle tazzine, possibilmente senza manico per rispettare appieno la tradizione, o con datteri secchi per compensare il gusto amaro del caffè.



## AUSTRIA – WIENER MÉLANGE

Il Melange, così viene chiamato a Vienna, dai più inesperti può essere scambiato per un semplice cappuccino, ma ha una base di caffè più lungo (comunque Espresso, qui chiamato Mokka) con una tostatura più leggera unita

a latte e schiuma di latte o in polvere, ed è spesso servito in porzioni più abbondanti rispetto al cappuccino italiano, con panna montata e cacao in polvere.

## AUSTRALIA – FLAT WHITE

Il nostro Espresso qui si beve, e si chiama Short Black, ma il caffè che si beve più di frequente in Australia non è altro che un cappuccino... dove non si riesce a fare molto bene la schiuma. Il risultato? Sembrassemplicemente un latte macchiato, qui chiamato Flat white, anche se pure dall'altra parte del mondo le versioni di come si può bere un caffè sono innumerevoli. Solitamente in tazze ben più generose delle nostre.



## CUBA – CAFFÈ CUBANO

Il caffè a Cuba rispecchia molto la sua popolazione, ovvero è intenso ma anche dolce, visto che si prepara con un macinatura di caffè forte (perfetto quello coltivato in altura in Colombia) già miscelato con zucchero di canna prima della sua preparazione (realizzata con la moka) e poi servito nelle classiche tazzine da caffè.



## BRASILE – CAFEZINHO

Partiamo dalla materia prima, sicuramente eccezionale, visto che il Brasile è il primo produttore al mondo di caffè e, in alcuni periodi storici, ha detenuto pure il monopolio produttivo. Da questa materia prima nasce il cafezinho, simile all'espresso, ma realizzato con acqua zuccherata prima che sia aggiunto il caffè.





### **ETIOPIA – BUNA**

Il caffè tipico dell'Etiopia è piuttosto simile a quello arabo, il Qahwa (già citato) in quanto si prepara con il cardamomo, anche se qui si aggiunge pure noce moscata e, facoltativamente,

il pepe nero. La miscela si prepara in padella, possibilmente con i chicchi di caffè della regione nel sud del paese di Yirgacheffe, dove cresce una delle varietà di Arabica più pregiate del mondo. È proprio dalla regione dello Yirgacheffe che, dice la tradizione, gli ottomani (gli antichi turchi) presero la ricetta del loro caffè e per i suoi abitanti, come recita un vecchio proverbio, "Buna dabo naw", ovvero "il caffè è il nostro pane". La miscela ottenuta si fa bollire, per seguire alla lettera la tradizione, si dovrebbe usare la jebena, un contenitore di terracotta che viene utilizzato direttamente sul carbone ardente, per poi servire il caffè nelle tazze lentamente per non far cadere i residui.



### **FRANCIA – CAFÉ AU LAIT**

Un semplice caffelatte ma in tazza grande, per meglio immergere i loro croissant o pain au chocolat.

### **FINLANDIA – KAFFEOST**

Se fino ad ora abbiamo visto tipi di caffè abbastanza tradizionali, spostandoci in Finlandia entriamo in territori inesplorati, dove ci vuole coraggio a bere le locali ed estrose modalità di preparazione della famosa bevanda. Nel Kaffeost tipico delle zone rurali finlandesi, infatti, il caffè nero bollente viene versato su pezzi di juustoleipä, – una cagliata di formaggio di latte di vacca o di renna, con una crosta caramellata che la fa apparire come il pane – solitamente consumati prima di bere il caffè stesso.



### **GERMANIA – PHARISÄER**

In Germania si bevono diversi tipi di caffè provenienti da diverse tradizioni, tra cui noi segnaliamo il Pharisäer, bevanda fatta con caffè, rum e zucchero, e proposta con panna montata e gocce di cioccolato.





**LIVE HAPPILLY**

## PERFEZIONARE CIÒ CHE SIAMO È UNA STORIA SENZA FINE.

Nereo Ballestriero, un'intera vita dedicata a perfezionare la selezione degli ingredienti e la ricerca di accostamenti inediti, per offrire al mondo la sua idea di bar.

illy, più di 80 anni dedicati a perfezionare un unico blend di 9 origini di Arabica, per offrire al mondo il suo miglior caffè. Una condivisione di valori volta al continuo miglioramento per offrire ai propri clienti un'esperienza indimenticabile.



#LIVEHAPPILLY

Visita il sito [illy.com/professional](http://illy.com/professional) o chiamaci al numero verde 800.821.021



## GRECIA – FRAPPÉ

Il caffè in Grecia si prepara con la polvere e l'acqua bollente e si beve lentamente, molto lentamente, per far depositare sul fondo della tazza il caffè. Ma esiste anche una versione "estiva" del caffè greco chiamato Frappé, inventato da un rappresentante Nescafé nel 1957 a Salonicco, e preparato con caffè istantaneo ghiacciato annegato nella schiuma di latte.



## IRLANDA – IRISH COFFEE

Natoneglianni' 40, l'Irish coffee è qualcosa di più di un tipico caffè... corretto, infatti è una specie di long drink preparato pre-riscaldando un bicchiere, simile a quello della birra, mettendoci il caffè corretto e zuccherato ed aggiungendovi per ultima la panna, leggermente montata.



## HONG KONG E MALESIA – YUANYANG (KOPI CHAM)

Questo caffè, servito tradizionalmente nei chioschi all'aperto, è fatto con tre parti di caffè nero e sette parti di Milk

tea, o latte condensato al tè nero. Da bere, possibilmente, in coppia: il nome deriva, infatti, dalle anatre cinesi, che sono il simbolo dell'amore coniugale nella cultura cinese.



## MESSICO – CAFFÈ DE OLLA

Il caffè de Olla significa caffè nel coccio, perché viene preparato, appunto, in una pentola di coccio con una stecca

di cannella, chiodi di garofano, cioccolato sbriciolato e piloncillo (uno zucchero grezzo molto scuro dal sapore di melassa che si può sostituire con zucchero di canna); a questa miscela, una volta bollita, si aggiunge il caffè in polvere, per poi filtrare il tutto con un colino a maglie fitte. Da servire, naturalmente, in tazze di argilla.



## PORTOGALLO – GALAO E MAZAGRAN

Il Portogallo è il paese che ha colonizzato il Brasile, da cui importa la materia prima per fare il Galao, caffè simile al latte macchiato, servito in alti bicchieri di vetro, con poco caffè e molta schiuma.

Il Mazagran, invece, è un caffè ghiacciato che arriva dall'Algeria, a cui i portoghesi hanno aggiunto succo e soda di limone.



# SE VUOI IL MIGLIOR CAFFÈ, PERCHÉ NON COMINCI DALL'ACQUA?



VENITE A TROVARCI



**30.10 - 2.12/18**

**SPAZIO PELOTA  
MILANO**

## THINK YOUR WATER. CON BRITA PROFESSIONAL.

L'acqua diventa ideale per ogni impiego:  
bevande, ghiaccio, cottura e lavaggio.  
[www.brita.it](http://www.brita.it)



 **BRITA®**

### SPAGNA – CAFÉ BOMBÓN

Il caffè Bombón è diviso in due parti; la parte più pesante nel fondo della tazzina, rigorosamente di vetro, è di latte condensato e acqua, mentre la parte superiore è un tradizionale caffè espresso. Nato ad Alicante, questo tipo di caffè si può consumare ora in tutta la Spagna nella versione più "alcolica" con il Baileys al posto del latte condensato.



### SENEGAL – CAFFÈ TOUBA

Il caffè Touba del Senegal è considerato sacro perché proviene da una ricetta codificata alla fine dell'800 dallo sceicco Amadou Bamba, leader spirituale e carismatico della confraternita Sufi dei Muridi. Aromatizzato con chiodi di garofano e jarr, il pepe di Guinea, il caffè Touba si beve in tutti i Tangana, i caffè di strada delle città, spesso accompagnando il cibo.



### TURCHIA – KAHVESI

In Turchia nacquero le prime caffetterie già nel XVI secolo e quindi nell'ex impero Ottomano il caffè è sempre stata un'istituzione, tanto da venir iscritto come Turk Kahvesi nella lista dei beni immateriali dell'Unesco. Il caffè turco, come quello greco d'altronde (all'inizio erano entrambi sotto l'impero ottomano, e divennero nemici solo nel XX secolo) si prepara facendo bollire il caffè macinato finemente in un 'ibrik', un piccolo bricco lucido d'ottone, assieme ad acqua, zucchero e, a seconda delle tradizioni locali, magari con qualche spezia come il cardamomo, facendolo bollire e sbollire tre volte (vi ricorda qualcosa?). Lo si beveva dopo il pasto e tra amici in tazzine di porcellana; una volta terminato, con estrema calma, si poteva capovolgere la tazza nel piattino e aspettare che il limo gocciolasse giù, per poi cercare di leggere il futuro nel fondo che si formava.



### VIETNAM – CÀ PHÊ

Cà phê... è il nome onomatopeico del caffè del Vietnam (dove venne introdotto nel 1800 dai francesi) che poi ne divenne un grande produttore. Cà phê si consuma in diverse modalità e, visto il clima, spesso ghiacciato. Come il Cà phê đá, caffè ghiacciato dalla tostatura molto intensa o il Cà phê sữa đá, caffè ghiacciato servito con latte condensato dolce e cremoso. E poi ecco il Cà phê đen, il caffè senza zucchero, e il Cà phê trứng ovvero caffè con le uova, preparato con un tuorlo d'uovo che viene montato con latte condensato.





# KIMBO®

ESPRESSO

IL TALENTO DI KIMBO  
PREMIATO AL QUALITY  
AWARD ANCHE NEL 2018



PER IL SECONDO ANNO CONSECUTIVO LA LINEA KIMBO ESPRESSO RICEVE IL QUALITY AWARD! LE CAPSULE KIMBO ESPRESSO, COMPATIBILI CON MACCHINE AD USO DOMESTICO NESPRESSO\* SONO STATE PREMIATE DAI CONSUMATORI, CHE LE HANNO GUIDICATE A SEGUITO DI UN BLIND TEST, RICONOSCENDONE IL GUSTO E LA QUALITÀ.

\*QUESTO MARCHIO NON È DI PROPRIETÀ DI KIMBO

# KIMBO

[WWW.KIMBO.IT/SHOP](http://WWW.KIMBO.IT/SHOP)



Questa rubrica è a cura  
di RG commerciale.  
Info e contatti:  
[www.rgmania.com](http://www.rgmania.com)  
[info@rgmania.com](mailto:info@rgmania.com)

# Assaporare l'essenza del caffè

**OLTRE I SEMPLICI COFFEE TOOLS: OGGI  
SI PARLA DI VERI E PROPRI STRUMENTI  
TECNOLOGICAMENTE ALL'AVANGUARDIA  
PER CONSENTIRE AI COFFEE LOVERS  
UNA DEGUSTAZIONE DI ALTA QUALITÀ**



**Il caffè all'americana  
ha differenti modalità  
di preparazione, che  
vanno dall'infusione alla  
tecnica "french press"**



**D**a qualche anno a questa parte, l'attrezzatura per caffetteria non è più legata solo all'introduzione di nuovi materiali, nuovi accessori e miglior design, oggi la sua evoluzione è strettamente intrecciata con la ricerca in merito alle tecniche di tostatura e ai nuovi criteri di miscelazione del caffè. Le proposte più innovative non sono semplici coffee tools, ma veri e propri strumenti tecnologicamente avanzati per la preparazione e la presentazione del caffè.

Il mondo dei "coffee lovers" è in continua crescita e aggrega intorno a sé persone di ogni nazionalità e cultura che desiderano degustare con calma una tazza di caffè cogliendone a pieno aromi e sapori. I maestri portatori di questa filosofia sono principalmente i giapponesi, che, per primi, hanno messo a punto le tecnologie che garantiscono una degustazione d'eccellenza.

L'aspetto decisamente positivo della rinnovata metodologia consiste nel fatto che queste particolari attrezzature agiscono prevalentemente per lenta infusione e pertanto offrono i migliori risultati se utilizzati con materie prime di alta qualità. Proprio questa attenzione alla bontà del prodotto primario è il motivo per il quale la tecnica di degustazione "lenta" sta conquistando anche i raffinati palati di noi italiani che, da veri conoscitori, con il nostro "espresso" abbiamo insegnato a tutto il mondo ad apprezzare il caffè.

Di seguito entriamo nel dettaglio per mostrarvi gli strumenti più interessanti e innovativi.



**Occorrono  
circa 12 ore  
per ottenere  
un caffè con  
estrazione  
“cold brew”**



### **GOCCIOLATORE AD ACQUA**

È composto di una parte superiore che contiene l'acqua, una parte centrale per la polvere di caffè e una caraffa raccoglitrice.

L'acqua fredda gocciola lentamente attraverso la polvere del caffè e la bevanda che ne deriva è un gustosissimo caffè con bassa acidità, poco amaro e astringente, molto aromatico.

Questa tecnica è nota con il nome di cold brew e si basa su lunghi tempi di estrazione, circa dodici ore, per ottenere un vero e proprio concentrato di caffè che può essere diluito con acqua o latte o bevuto liscio.



### **SIFONE INFUSORE A FREDDO**

Il sifone è composto da un bruciatore e da una struttura in metallo, che tiene le due caraffe e il filtro (in carta, nylon o metallo) in cui viene preparato il caffè. L'acqua viene portata a bollitura nella caraffa in basso, mentre il caffè macinato è posizionato nella caraffa superiore.

Mano a mano che l'acqua sale si amalgama alla polvere che andrà leggermente mescolata. Poi, a fiamma spenta, grazie alla pressione e alla forza di gravità, il caffè scenderà nella caraffa sottostante e risulterà di un gusto particolarmente puro e pulito.



## AEROPRESS

Creata dall'inventore e ingegnere americano Alan Adler, questa tecnica di preparazione si basa su tre elementi: bassa temperatura dell'acqua, immersione totale della polvere di caffè e un filtraggio rapido (dai 15 ai 50 secondi per un gusto più delicato o più corposo). È costituito da due cilindri sovrapposti e incastrati uno nell'altro come una siringa che crea una pressione aerea. Al di sotto si colloca il filtro di carta posizionato direttamente sulla tazza. La polvere è sistemata nel cilindro grande in cui viene versata anche l'acqua a 80 gradi, si mescola, poi si incastra l'altro cilindro e si esercita la pressione per spingere il caffè nella tazza.

Un'annotazione a parte va fatta per quello che comunemente viene definito "caffè all'americana". L'errore più diffuso è quello di considerarlo un caffè espresso allungato con molta acqua. Invece, il procedimento di preparazione è molto diverso e può avvenire per infusione o con la tecnica "french press". In entrambi i casi servono particolari attrezzature. Oggi sono disponibili molti nuovi modelli dotati di particolari e interessanti dettagli, come la *caraffa con filtro in cotone* (e non in carta) riutilizzabile, il *caffè decanter* che consente di separare il porta filtro in modo da ottenere una caraffa di caffè pronta per il servizio, e la *caffettiera ice coffee* dotata di un rinfrescatore nel quale inserire cubetti di ghiaccio per ottenere un ottimo caffè freddo all'americana. **M**



**Tre gli elementi  
principali:  
bassa temperatura,  
immersione totale  
e filtraggio rapido**



# Il gusto ha le sue regole

**MISCELA, MANO, MACINATURA, MACCHINA E MANUTENZIONE: AL SERVIZIO DEI PROFESSIONISTI PER UN ESPRESSO DI QUALITÀ**

**P**er fare un buon espresso le 5 M da sole non bastano, certo, ma sono di enorme aiuto per il barista. Perché se di fatto è lui che sta sulla tolda del comando è vero pure che il suo equipaggio lo aiuta di sicuro a mantenere la rotta del gusto

## MISCELA

Dalla Miscela non si può prescindere: ed è un vero banco di prova per il barista che qui mostrerà la sua "sapienza" nel mixare caffè di qualità, trovando gli abbinamenti giusti per ottenere un ottimo Espresso, spaziando dalle note più acide della Robusta ai toni morbidi dell'Arabica.

"Il bravo barista – parola di Luigi Odello, presidente del Centro Studi Assaggiatori – sceglie miscele difficili da lavorare, vale a dire quelle che richiedono molta perizia nella macinatura e una buona pressione (una ventina di chilogrammi sulla dose nel filtro), perché normalmente sono quelle che danno i risultati migliori in termini di sciroposità, suadenza e profilo aromatico dell'espresso".

Attenzione, però, anche alla corretta conservazione

della miscela (che va comunque utilizzata in giornata, come consiglia Andrej Godina, PhD in Scienza Tecnologia ed Economia nell'Industria del Caffè presso l'Università degli Studi di Trieste): è infatti importante preservarla da luce, umidità e calore, veri killer del gusto.

## MANO

La Mano del barista (insieme alla sua professionalità) è un ingrediente topico. Perché oggi il barista non è più un semplice operatore, ma deve al contrario saper interpretare sia la materia prima, sia le macchine. Perché più niente è come una volta: "le tostature – precisa infatti Andrej Godina – sono più chiare e per essere lavorate hanno bisogno di una maggiore precisione nella tecnica di erogazione" e anche le macchine "oggi hanno parametri e tecnologie sofisticate".

## MACINATURA

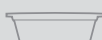
Decisamente più importante di quanto si pensi, la Macinatura ha un ruolo fondamentale nel risultato in tazza. Se il caffè è macinato troppo sottile, infatti, può essere surriscaldato, al contrario, se è troppo grosso,





# DODICIGRANCRU

*Per chi sa scegliere*



— IL GIRO DEL MONDO IN UNA MISCELA —

Jamaica Blue Mountain  
Santo Domingo AA  
Mexico Washed Altura  
Guatemala Washed SHB

Salvador Washed SHG  
Honduras Washed SHG  
Nicaragua Matagalpa  
Costa Rica Tarrazu SHB

Colombia Supremo  
Brazil Selecto Fino  
Ethiopia Washed Sidamo  
India Plantation

# BAZZARA

ESPRESSO

## Macinini: le tipologie

**A MACINE PIANE:** le macine sono parallele e si distanziano o si avvicinano per variare la grandezza delle particelle della polvere. Il caffè in chicchi si trova nella campana e cade per gravità tra le due macine dove è ridotto in polvere, viene espulso nel dosatore per forza centrifuga. La velocità di rotazione è di 1.400 giri al minuto.

**A MACINE CONICHE:** la macina inferiore ha una forma tronco conica e un diametro più grande della macina superiore che entra nella macina inferiore. La distanza tra le due è regolabile in modo da ottenere una polvere dello spessore voluto. La minore velocità di rotazione delle macine (400/600 giri al minuto) evita il surriscaldamento, eliminando il rischio di bruciare il caffè. Più costosi dei macinini a macine piane, sono adatti a forti carichi di lavoro.

**VOLUMETRICO:** Il dosatore è un contenitore progettato per raccogliere caffè macinato (circa 150 grammi) e dispensarlo in dosi volumetriche. In funzione dell'alimentazione, il dosatore può essere non automatizzato (l'operatore decide la quantità di macinato in base alle esigenze), a troppo pieno (un interruttore interrompe il motore quando il dosatore è pieno) e con avvio-spegnimento automatico (il motore si ferma quando il dosatore è pieno e si riattiva quando il caffè scende sotto un certo livello).

**ON DEMAND O ISTANTANEO:** macina di volta in volta la dose richiesta. Il caffè macinato al momento (on demand) evita perdite di aroma e l'irrancidimento causato dal contatto con l'ossigeno. Le versioni più nuove sono collegate via Bluetooth con la macchina per caffè che invia un segnale al macinadosatore il quale adatta granulometria e dose in base ai dati ricevuti. Nel caso si decida di tenere più di un tipo di caffè nel bar, è la scelta ideale per preservare la freschezza di ogni caffè servito.



rischia di essere poco sfruttato.

La macinatura va regolata per calibrare il flusso dell'acqua che passa attraverso il caffè: se è effettuata a regola d'arte consentirà un corretto tempo di contatto tra l'acqua e la polvere del caffè nel filtro. Per questo la scelta del macinadosatore è importante. Sono due le grandi "famiglie" attorno alle quali ruotano i macinini da caffè: per tipo di macine, e per quantità macinata.

## MACCHINA

È lo strumento principe, ma ancora una volta sta al barista o al ristoratore individuare quale sia quella più adatta alle proprie esigenze, tenendo conto che oggi le variabili da considerare sono più numerose di una volta.

Non è più sufficiente, infatti, considerare il numero di caffè da preparare e i flussi giornalieri. Ma si deve tener presente pure che la materia prima (e quindi anche le sue proprietà) è cambiata a causa delle variazioni climatiche.

Ecco perché la macchina per caffè deve essere flessibile, in grado di estrarre un buon caffè adattando i parametri alla materia prima, ergonomica per chi la utilizza, e dotata di stabilità termica perché è proprio la temperatura il parametro che più di tutti fa la differenza.

## MANUTENZIONE

Se la quinta M può sembrare scontata, non è mai superfluo citarla perché trascurare la manutenzione e la pulizia dei macchinari può avere ripercussioni spiacevoli sull'espresso.

Per questo occorre eliminare quotidianamente i residui e le incrostazioni e pulire doccette, filtro, portafiltro, guarnizioni, lancia e ugelli. È importante pure controllare l'usura delle macine e la funzionalità del depuratore dell'acqua. **M**

# EXPERIENCE GATE

LA PAGINA ACQUISTA VALORE  
TRASFORMANDOSI  
IN UNA **ESPERIENZA SENSORIALE**

*unico limite... l'immaginazione*



**PROVA  
L'ESPERIENZA**



SCARICA L'APP GRATUITA EXPERIENCE GATE  
E INQUADRA CON IL TUO SMARTPHONE  
QUESTA PAGINA

# Coffee&Spirits: un'opportunità da cogliere

**LA (RI)SCOPERTA  
DEL CAFFÈ NEL BERE MISCELATO  
È IN ATTO DA QUALCHE ANNO.  
MA NON TUTTI I BARTENDER  
USANO IL PRODOTTO CON REALE  
COGNIZIONE DI CAUSA**

di Nicole Cavazzuti

“**V**ale la pena introdurre una selezione di coffee & spirits perché arricchiscono e avvalorano l'offerta del bar, soprattutto se il caffè viene trattato anche in somministrazione”, suggerisce **Cristina Caroli**, coordinatrice nazionale di **Sca Italy**, associazione che diffonde la cultura del caffè di qualità e organizza – tra le altre cose – la competition **Coffee in Good Spirits**.

E noi siamo d'accordo con lei. I cocktail al caffè possono attrarre e incuriosire la clientela diventata sempre più esigente, preparata e desiderosa di novità. E quindi rappresentano un potenziale business. A patto, però, che siano equilibrati, gustosi e comunicati in modo efficace. Semplice? Tutt'altro. Perché il caffè è un mondo complesso. “A incidere sull'aroma, oltre alla miscela (blended e mono origine) e all'origine di provenienza, sono soprattutto il tipo di tostatura, estrazione e temperatura”, ricorda



FRANCO TUCCI PONTI  
E IL SUO MARY EXPRESS  
CON NESPRESSO



Foto: Nicole Cavazzuti

Per iniziare a orientarvi tra le tantissime varietà di caffè, leggete

## IL BIGINO

a cura di Franco Tucci Ponti  
in collaborazione con Nicole Cavazzuti

### I PRINCIPALI PAESI PRODUTTORI

Brasile, Colombia, Vietnam, Indonesia, Guatemala, Honduras, Perù, Messico, Etiopia e India. Ovviamente, la zona di coltivazione incide sull'aroma del caffè

### GEOGRAFIA DEL CAFFÈ: I PRINCIPALI AROMI

- Le varietà etiopi Harrar e Djimmah hanno un aroma speziato e amarognolo
- Congo, Uganda, Madagascar, Tanzania, Costa d'Avorio, Togo e Camerun producono un caffè con note acidule
- Kenya, Guatemala, Giamaica, Indonesia, Nuova Guinea e Haiti vantano un caffè dall'aroma fruttato, con un sentore di frutta fresca e secca (dovuto alla presenza di aldeidi ed esteri)
- India, Indonesia isola di Java si distinguono per caffè con note di cioccolato e retrogusto di nocciola
- L'America centrale è il regno del caffè dall'aroma vanigliato
- Il Brasile è noto per il caffè dall'aroma floreale
- Costa Rica e Perù offrono caffè dalle note agrumate



**Francesco Sanapo** tre volte campione italiano di caffetteria, proprietario della Ditta Artigianale di Firenze. Di conseguenza, “per creare cocktail capaci di fidelizzare i clienti occorre padroneggiare materia prima e tecniche di tostatura ed estrazione”, sottolinea il barchef **Dario Olmeo, titolare del Maracaibo di Alghero** (di cui vi proponiamo online su *Mixerplanet.com* il tutorial del suo twist del Martini Espresso). Ma la realtà è ben diversa. “Nonostante aumentino costantemente i bartender che sperimentano l’uso del caffè nel bere miscelato, c’è ancora una generale superficialità nell’approccio a questo prodotto”, osserva **Francesco Corona**, pluricampione italiano di Coffee in Good Spirits e titolare, insieme a Fabrizio Giraudo, del locale Coffee and Good Spirits di Cuneo, tra i primi (e pochi) a proporre cocktail al caffè usando tutte le estrazioni possibili dalla french press alla casalinga moka fino a V60, Aeropress e Syphon. Vi rimandiamo al sito *Mixerplanet* per scoprire la ricetta del suo *Milano-Cuneo*.



Foto: Manuela Albertelli for DJE creation

## CONTAMINARE di Dennis Zoppi

brand ambassador Lavazza

**Tecnica:** Throwing

**Bicchiere:** Conchiglione di Gragnano

**Ingredienti per 4 conchiglioni:**

40 ml Mezcal del Maguey

10 ml Lavazza Tierra Colombia espresso

1 bar spoon di marmellata di cipolla di Tropea con aceto balsamico e peperoncino

40 ml Birra Moretti

*NB: In questo caso la conchiglia di pasta è un ingrediente che dona al drink, aroma e testura (viene invitato il fruitore dopo avere bevuto il drink a mangiare anche la conchiglia) e ha funzione di food pairing per molti aspetti*



## MILANO COFFEE FESTIVAL

Base Milano a maggio ha ospitato la prima edizione del Milano Coffee Festival evento promosso da Consorzio Promozione Caffè e UciMac, con HostMilano – Fieramilano e in collaborazione con Sca – Specialty Coffee Association, pensato per celebrare il caffè in tutte le sue forme.

## CONSIGLI PER L'USO

### Quantità

Regole rigide valide per tutti non ce ne sono, ma in generale vige il principio “less is more”. L’oro nero “va dosato con sapienza per evitare che il gusto del caffè predomini sugli altri sapori”, ricorda **Dennis Zoppi, brand ambassador di Lavazza**.

### Abbinamenti

Di certo la vodka si sposa bene con il caffè perché è uno spirit neutro e quindi apporta il grado alcolico senza modificare i sapori. Ma se si sceglie con cura il distillato e si bilanciano bene le dosi si può spaziare con la fantasia. “Il connubio rum e caffè, per esempio, regala gusti rotondi che riempiono il palato di una piacevole acidità. Tipico, poi, è il mix con il whiskey irlandese, pensiamo solo al celebre Irish Coffee”, afferma **Lorenzo Uberti** capo barman di Arengario Da Giacomo a Milano.





## FEEDING THE WORLD, ENJOYING YOUR BUSINESS

### FIERA MILANO MAY 6 - 9 MAGGIO 2019

info@tuttofood.it  
buyers.project@tuttofood.it

www.tuttofood.it



in concomitanza con

**Fruit**  
INNOVATION

**ITCA**  
ITALIAN TRADE AGENCY  
ICE - Agenzia per la promozione all'estero e  
l'internazionalizzazione delle imprese italiane



**Tostatura**

Il gusto del caffè può essere acido, amaro, dolce, salato o aspro. Detto questo, anche nei drink a fare la differenza è soprattutto il tipo di tostatura. "Quanto più la tostatura è chiara, tanto maggiore sarà la percezione dell'acidità. Al contrario, più il colore del caffè diventa scuro e più nel caffè diminuiscono le sensazioni acide e aumentano quelle amare nonché i sentori di caramello, cacao, marzapane e mandorla", commenta **Gianmarco Grassini**, bartender di Ditta Artigianale.

**INTRIGO di Lorenzo Uberti**

capo barman di Arengario Da Giacomo, Milano

**Tecnica:** Build

**Ingredienti:**

3 cl vermouth infuso al caffè

3 cl amaro della segreta

top soda all'arancia

Decorazione arancia essiccata

**Estrazione e temperatura**

Il medesimo chicco di caffè avrà profumi, sentori e aromi diversi a seconda del tipo di estrazione utilizzata. E non è vero che il caffè espresso è sempre quello più indicato per la preparazione dei cocktail: "Personalmente, preferisco usare il caffè della moka che esalta i profumi e gli aromi terziari, mentre l'espresso evidenzia i sentori di tostatura", osserva **Luca Angeli**, bar manager del Four Seasons di Milano. E **Franco Tucci Ponti**, volto oramai navigato dei banconi milanesi e sperimentatore di professione, collaboratore di Nespresso e professore alla Food Genius Academy, centro di formazione accreditato dalla Regione Lombardia, aggiunge: "Provate a usare anche metodi di estrazione alternativi, come Aeropress e Syphon". Perché? Presto detto. Il caffè ha aromi e profumi diversi a seconda che sia caldo o freddo e questo si percepisce soprattutto nell'ambito del bere miscelato. "La temperatura determina

il gusto del caffè: il calore può esaltare o annullare le proprietà organolettiche del caffè", ricorda **Tucci Ponti**. Che poi aggiunge: "A causa dello shock termico, se inserite un caffè bollente in un mixingglass pieno di ghiaccio oltre ad aumentare la diluizione, rischiate di perdere alcuni sentori del caffè e di rovinare i distillati. Per i caffè più delicati vi consiglio un'estrazione a freddo, più lenta (può durare anche 48 ore), ma meno impattante sulla materia prima".

**BREW MINT di Gianmarco Grassini**

bartender di Ditta Artigianale

**Tecnica:** Shake & Strain

**Ingredienti:**

45 ml Peter in Florence Gin

90 ml Cold brew Colombia

Finca Tocora

Bitter al limone

Zuccheri semolato

Menta fresca



Foto: Nicolas Villagra Lopez

**SPIRIT CAPPUCINO**

**Tecnica:** Build senza ghiaccio

**Ingredienti:**

45 ml Applejack

90 ml Filter Costa Rica El Diamante

15 ml Oleo Saccharum

Crema di latte in top



### Decorazione

L'eleganza della presentazione è un fattore di appeal e di richiamo per la clientela. Tra le guarnizioni più adatte, ci sono di certo velluti e spume ma anche spezie e dolcificanti naturali, come cannella, noce moscata, chiodi di garofano, bacca di vaniglia, anice stellato. "Ma anche menta, peperoncino e semi di cardamomo" suggerisce **Franco Tucci Ponti**.

### Bicchiere

Va da sé, la bellezza del bicchiere è un valore aggiunto. Ma quanto si può spendere per i bicchieri dei coffee&spirits? "Suggerisco di investire tra i 2 e i 4 euro, non oltre per non influenzare il drink cost in caso di furti o di danni" afferma **Francesco Corona**.

## LE REGOLE PER UNA COMUNICAZIONE EFFICACE

Il primo consiglio è di incuriosire i clienti dal vivo. "A chi mi chiede un caffè shakerato, per esempio, propongo un twist di mia creazione assicurando la

### ESPRESSO MARTINI ALL'ITALIANA

di **Luca Angeli**

bar manager del **Four Seasons, Milano**

**Tecnica:** Shake & Strain

**Bicchiere:** coppetta

**Ingredienti:**

4,0 cl Vodka Vka

1,0 cl Old Sailor coffee

2,0 cl caffè aromatizzato all'arancia, cannella e cumino preparato in moka

### FRESCO CARATTERE di Cinzia Ferro

barlady titolare di **Estremadura Café, Verbania**

**Tecnica:** Shake & Strain

**Bicchiere:** coppetta

**Ingredienti:**

2 cl caffè

1 cl zenzero giulebbe

1 cl Dry orange

2 cl gin

4 cl succo di arancia

Taglio di finger beer

Velluto all'arancia con polvere di caffè e zenzero

Foto: Paolo Picciotto

possibilità di rimandarlo indietro se non è di gradimento", racconta **Cinzia Ferro** barlady titolare dell'Estremadura Café di Verbania. Importante è poi raccontare l'origine e la storia del caffè. "L'aspetto culturale può essere un'eccellente argomentazione da utilizzare con il cliente nel presentare le ricette che ne derivano", aggiunge.

Utilissimi sono poi i social network, in particolare Instagram e Facebook. Qualche dritta per immagini d'impatto? "Mostrate, oltre ai cocktail, anche le attrezzature con cui estraete i caffè per i drink, dalla moka all'Aeropress fino al V60: conferirete appeal ai vostri post", dichiara **Cristina Caroli**. Inoltre, studiate: "Libri, articoli, seminari e competizioni sono essenziali per aumentare la propria competenza in fatto di caffè", precisa **Dennis Zoppi**.

## TRADIZIONI ITALIANE DA RIVISITARE

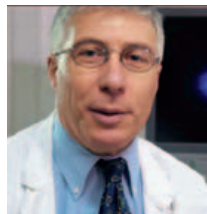
"In Valle d'Aosta un tipico modo di servire il caffè è la **grolla dell'amicizia**. Si tratta di una coppa in legno con diversi beccucci da cui i commensali a fine cena sorseggiano una bevanda a base di caffè, grappa, Genepy, Grand Marnier, scorze di agrumi e spezie", ricorda **Lorenzo Uberti**. Un altro classico è il **ponce alla livornese**, "un drink caldo a base di caffè ristretto, alcool e spezie", spiega **Luca Angeli**. **M**

# Un espresso al giorno leva il medico di turno?

**I CONSIGLI DELL'ESPERTO PER BERE  
CAFFÈ NELLE GIUSTE QUANTITÀ,  
SE IN FASE DI REGIME ALIMENTARE  
IPOCALORICO O IN PRESENZA  
DI MALATTIE SISTEMICHE**

di Maria Elena Dipace

**I**l caffè espresso è una delle vere grandi passioni italiane: nasce da noi alla fine dell'800 e si diffonde nel mondo dagli anni '50 in poi. L'infusione sotto pressione, ottenuta all'inizio esclusivamente con le classiche 'moka' e, più avanti, con le apparecchiature professionali del bar, giustificano il termine "espresso" proprio nel senso di "veloce", senza dover cioè aspettare i tempi più lunghi della infusione classica. Il caffè è una bevanda che genera da sempre lunghi dibattiti circa il suo apporto nutrizionale e le sue proprietà organolettiche. Qual è in definitiva la verità su questa bevanda? Lo abbiamo chiesto al medico/nutrizionista **Carlo Casamassima** che ha cercato di fare chiarezza sulla questione.



CARLO CASAMASSIMA

## Caffè: sì o no?

L'espresso ha decisamente poche calorie e, in opportune dosi, può essere inserito quasi in ogni regime alimentare, anche se esistono delle limitazioni che rendono inopportuno il suo consumo in alcune specifiche condizioni cliniche come ad esempio in caso di ipertensione arteriosa, di alterazioni del ritmo cardiaco, di sindromi ansiose (o di attacchi di panico), di alterazioni tiroidee o nei casi più gravi della sindrome dell'intestino irritabile.

## In questo caso è possibile ricorrere al ginseng o al caffè d'orzo?

Esistono bevande a base di solo ginseng che hanno le caratteristiche intrinseche di questa pianta (vagamente e genericamente "energizzante"), mentre il caffè al ginseng possiede contemporaneamente le caratteristiche (e la forza) sia della caffeina che del ginseng con l'ovvia conseguenza di una maggiore potenzialità eccitante per l'organismo. In quest'ultimo caso facciamo ancor maggiore attenzione a quelle condizioni cliniche di cui parlavamo prima così come attenzione alla possibilità che un eventuale consumo serale possa disturbare il sonno. Il caffè d'orzo invece è fatto appunto con orzo e non

con chicchi di caffè e quindi non riserva sorprese e conseguenze di sorta: è una bevanda consigliabile senza problemi, che non interferisce col metabolismo e con il sonno e che si potrebbe prevedere sostanzialmente in qualsiasi regime alimentare senza particolari accorgimenti o "avvertenze per l'uso".

### Quale il più indicato in un regime dietetico?

Per una persona sana, non ipertesa né ansiosa, che sia abituata a non zuccherare molto questo tipo di bevande, è possibile prevedere sia l'uso di caffè in corrette quantità (diciamo non più di tre al giorno, con la riserva di consumare *decaffeinati* qualora si abbia voglia di un'ulteriore tazzina), sia l'uso di caffè al ginseng (anche in questo caso non andrei oltre le due-tre tazzine e mai di sera), sia quello d'orzo, per il quale invece possiamo essere molto più tranquilli sia nelle quantità giornaliere che nell'eventuale consumo serale. Il problema dietetico si pone semmai dinanzi all'ipotesi che queste bevande vengano consumate ripetutamente nella giornata e che ogni volta si cada nella tentazione di zuccherare troppo la tazzina: se il numero delle calorie di un caffè senza zucchero è vicino allo zero (quindi compatibile con qualsiasi tipo di dieta) il numero delle calorie di cinque caffè (di qualsiasi tipo) con due cucchiaini di zucchero in ogni tazzina avvicina pericolosamente il computo totale delle calorie a quello di un piatto di spaghetti. Come dire: mangiare "un primo" senza averlo previsto. Si capisce bene che in qualsiasi regime dietetico che preveda una restrizione calorica un piatto di pasta impreveduto e non calcolato, seppur sotto forma di "innocuo caffè", debba rappresentare un elemento da non sottovalutare. Inutile dire che per un diabetico, ad esempio, sarebbe un problema: ma – ripeto – un problema determinato dallo zucchero aggiunto e non dal caffè.



## 10 MOTIVI PER BERE UN CAFFÈ AL GIORNO

Ecco 10 ragioni scientificamente provate per le quali si dovrebbe bere un BUON caffè:

- **Il caffè è un ottimo antiossidante**

Una ricerca ha dimostrato che il corpo umano assorbe più antiossidanti dal caffè che da frutta e verdura.

- **Il profumo del caffè ha un effetto anti-stress**

Una équipe di ricercatori coreani ha scoperto che nel cervello di soggetti esposti all'aroma dell'espresso le proteine collegate allo stress reagiscono in modo positivo.

- **Il caffè riduce i sintomi della malattia di Parkinson**

Da un articolo pubblicato nel 2012 sulla rivista ScienceDaily si evince che bere caffè aiuta le persone colpite dal Parkinson a controllare meglio i movimenti.

- **Fa bene al fegato (soprattutto dopo l'uso di alcolici)**

Nel 2006 è stato condotto uno studio su 125.000 persone che ha mostrato come le persone che bevono almeno una tazza di caffè al giorno diminuiscano del 20% la probabilità di sviluppare una cirrosi epatica.

- **Aiuta a prevenire malattie cardiovascolari**

Se si bevono dalle 3 alle 5 tazzine al giorno di caffè si aumenta la protezione contro le malattie cardiovascolari, offrendo uno scudo contro infarto, ictus e scompensi cardiaci.

- **Può rendere più felici**

L'Istituto Nazionale della Sanità americano ha rivelato che le persone che bevono almeno 4 tazze di caffè a settimana hanno il 10% di probabilità in meno di essere depresse rispetto ai non consumatori.

- **Caffè e cancro**

Il caffè riduce il rischio di sviluppare alcuni tipi di cancro come quello del cavo orale/faringe, il tumore del fegato, la cirrosi epatica, il tumore dell'endometrio e forse – sono in corso ancora alcuni studi in merito – il tumore del colon-retto.

- **Caffè e metabolismo**

Bere un caffè prima di fare attività fisica può favorire il metabolismo facendo crescere anche il livello di adrenalina nel sangue. Di conseguenza anche i grassi bruciano più velocemente (e si dimagrisce più in fretta!).

- **Utile per prevenire il diabete**

Quattro tazze di caffè al giorno riducono del 50% la probabilità di sviluppare il diabete mellito di tipo 2.

- **Bere caffè rende più intelligenti**

La caffeina migliora le prestazioni del nostro cervello perché la sostanza eccitante contenuta nel caffè viene assorbita nel sangue facendo in modo che il corpo rilasci più dopamina, una sostanza che stimola l'attività dei neuroni.



**Eppure c'è qualcuno che pensa che l'espresso produca tossine tali da favorire l'aumento di peso...**

Non si aumenta di peso a causa di tossine, e meno che mai, di tossine prodotte dal caffè.

Anzi, come dicevamo, il caffè comporta un maggior consumo di calorie quindi tendenzialmente produce o può produrre un controllo positivo del proprio peso. Il caffè determina anche una stimolazione dell'apparato digerente, non tanto a livello dello stomaco (non si digerisce certo meglio o peggio con un caffè anche se il consumo rituale di un caffè dopo i pasti è un vero obbligo italiano) quanto a livello dell'attività intestinale.

**La caffeina talvolta viene addirittura considerata 'pericolosa'...**

La caffeina è una sostanza "importante" dal punto di vista degli effetti sull'organismo. Da quelli positivi e utili come la capacità di aumentare la concentrazione e l'attenzione, sino a quelli "negativi" come la possibilità di determinare tachicardia, tremori, nausea, ansia, confusione mentale o vertigini. Solo coloro che soffrono di queste problematiche devono fare

attenzione alla caffeina. Dobbiamo insomma sapere che, a meno di situazioni eccezionali e particolari, bere un caffè in genere non produce conseguenze, mentre berne quantità maggiori può far comparire via via gradi diversi e sempre più importanti di quei disturbi che dicevamo poc'anzi.

**In definitiva, ci sono patologie che necessitano dell'eliminazione dell'espresso?**

Non inviterei a consumare significative quantità di caffè espresso o caffè al ginseng a un iperteso, a un ansioso o a un tachicardico. Così come li vieterei a una donna incinta o a un bambino. In questi casi un caffè d'orzo è una sana e gustosa alternativa che forse si dovrebbe incentivare con maggiore energia. Per il resto, via libera a tutti! **M**



# VUOI **MOLTIPLICARE** I TUOI CLIENTI E PAGARE **MENO TASSE**? FAI PUBBLICITÀ SULLA STAMPA SPECIALIZZATA



**INVESTIRE IN PUBBLICITÀ SULLA STAMPA PERIODICA TI DÀ DIRITTO  
A UN **CREDITO D'IMPOSTA FINO AL 75% DEI COSTI** SOSTENUTI\*.**

Investendo almeno l'1% in più rispetto all'anno precedente, potrai godere di un credito d'imposta fino al 75% sul costo degli investimenti incrementali. Se sei una PMI o una Start-up vedrai salire fino al 90% il credito d'imposta.

**Per maggiori informazioni [anes@anes.it](mailto:anes@anes.it)**

**ANES** ASSOCIAZIONE NAZIONALE  
EDITORIA DI SETTORE

\* Art. 57 bis D.L. n. 50/2017 conv. in Legge con modificazioni dalla L. n. 96/2017

## Che cosa è la FIPER

La Fiper, Federazione Italiana Pubblici Esercizi, è l'associazione leader nel settore della ristorazione e dell'intrattenimento, nel quale operano più di **300.000 imprese** tra bar, ristoranti, discoteche, stabilimenti balneari e mense. Conta **960.000 addetti** ed un valore aggiunto di **40 miliardi di euro** (dati 2011). Aderisce a livello nazionale a CONFCOMMERCIO – Imprese per l'Italia, principale organizzazione del settore terziario e rappresenta assieme ad altre associazioni il settore turismo (Confturismo). A livello internazionale aderisce a Hotrec (European trade association of hotels, restaurants and cafés).

### Organizzazione territoriale

**20** Unioni Regionali   **108** Associazioni Territoriali  
**1.079** Delegazioni sub-provinciali



Consultate il sito della Federazione: [www.fiper.it](http://www.fiper.it)

Per informazioni, compilare e spedire questa scheda alla Federazione Italiana Pubblici Esercizi  
Piazza Belli 2, 00153 Roma - tel. 06583921 - fax 065818682

Il signor \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_  
cap \_\_\_\_\_ città \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ fax \_\_\_\_\_

• intende porre il seguente quesito

• richiede l'invio della seguente documentazione

[www.host.fieramilano.it](http://www.host.fieramilano.it)



Equipment, Coffee and Food  
**41<sup>st</sup> International Hospitality Exhibition**

**October 18\_22, 2019 fieramilano**

---



**Faema E71E.**

We know what is brewing in your mind.

**Per chi è in cerca della felicità in una tazzina.**

La combo perfetta tra tecnologia e tradizione ha preso forma. E71E, pensata e disegnata per tutti quelli che sono a caccia di grandi cose, partendo da un piccolo chicco. La qualità perfetta, un po' di caffeina, un sorso di felicità.

 **FAEMA**  
EXPRESS YOUR ART