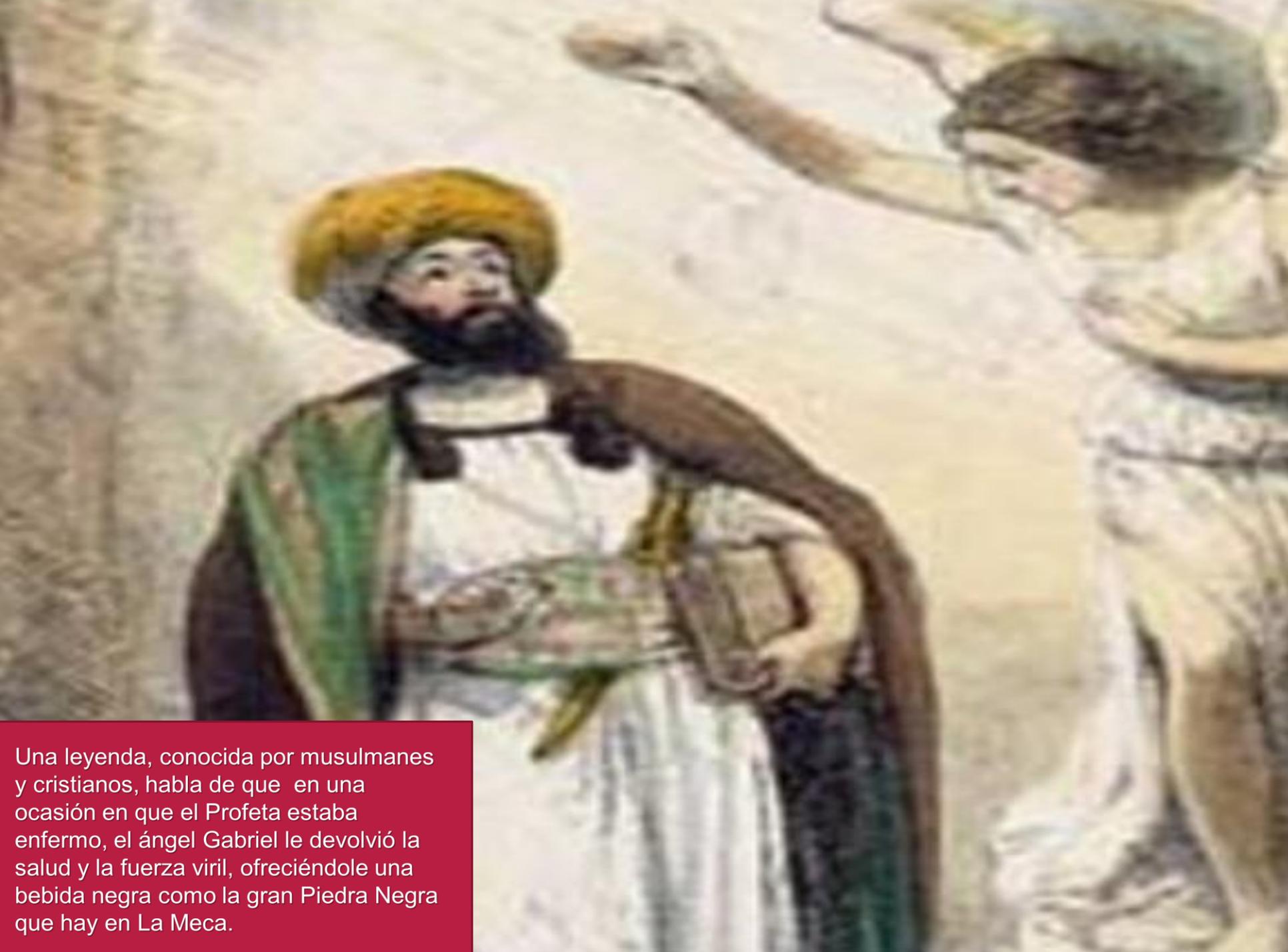


# HISTORIAS Y LEYENDAS DEL CAFÉ



Agro. Carlos A Flores Ortega  
Catedrático Asociado  
Estación Experimental Agrícola  
Recinto Universitario de Mayagüez

En el inicio de toda empresa humana que ha tenido importancia hay una leyenda.



Una leyenda, conocida por musulmanes y cristianos, habla de que en una ocasión en que el Profeta estaba enfermo, el ángel Gabriel le devolvió la salud y la fuerza viril, ofreciéndole una bebida negra como la gran Piedra Negra que hay en La Meca.

LAS TRIBUS NATIVAS DE AFRICA TENÍAN LA COSTUMBRE DE MEZCLAR LAS BAYAS DE CAFÉ MOLIDO CON GRASA ANIMAL EN PEQUEÑAS BOLAS, QUE LUEGO ERAN UTILIZADAS PARA DAR ENERGÍA A LOS GUERREROS DURANTE LAS BATALLAS. EN ESOS TIEMPOS, SE CREÍA QUE LAS PROPIEDADES ESTIMULANTES DEL CAFÉ ERAN UNA ESPECIE DE ÉXTASIS RELIGIOSO.



Por el año seiscientos vivió en Etiopía un pastor llamado Kaldi. Cierta día que cuidaba su rebaño de cabras notó que los animales desarrollaban una conducta extraña.

El Abad llevó a **Kaldi** a la cocina, hizo la prueba de hervir una de las ramas con frutos rojos, pero fue tan desagradable el gusto de ambos que el Abad arrojó el atado sobre el fuego. La cocina se inundó de un aroma delicioso, entonces el Abad hizo una nueva prueba.

El efecto estimulante de la bebida le permitió a los monjes estar despiertos durante largas noches de oración.

Le pusieron un nombre “*kawah*” en honor al rey persa **Kavus Kai** que fue elevado al cielo en un carro alado.



(frente al Mar Rojo y el Golfo de Adén (África oriental), dónde la planta de café crecía en forma silvestre. Nos ubicamos en el año 800 aproximadamente

Lo que parece cierto es que el café se empezó a consumir en las altiplanicies de Abisinia, donde crecía en forma silvestre su modalidad llamada Arábica.

“Soudan”

“Ethiopia”

“Abyssinia”

De Etiopía pasó a Arabia y a la India, probablemente a través de peregrinos musulmanes que viajaban a La Meca, ya que las rutas de peregrinación fueron al mismo tiempo, durante siglos, grandes rutas comerciales.





COFFEE MERCHANTS.

THE CUSTOM OF EXTRACTING A DRINK FROM COFFEE BERRIES IS LOST IN ANTIQUITY... THE BEST COFFEE IN THE WORLD IS PRODUCED ON THE MOUNTAINS OF YEMEN, FROM BEING EXPORTED FROM MOCHA IT IS CALLED MOCHA COFFEE. THE ENGRAVING SHOWS A PARTY OF MERCHANTS ON THEIR WAY TO THE COAST WITH THE PRODUCE OF THEIR COFFEE PLANTATIONS.

Se estima que el cultivo del café se formalizó para el siglo XV y para el XVI ya era una costumbre bien guardada por los Arabes que visitaban la Meca. Era una bebida que utilizaba la población nomada de la época.





Los Arabes mantuvieron el secreto del café por mas de 500 anos. No permitian sacar semilla y solo mercadeaban el café tostado. Era una bebida de nomadas.

Los grandes propagadores del café fueron los holandeses, que explotaron grandes plantaciones del mismo en sus colonias de Ceilán e Indonesia.



Ellos fueron los importadores del cafeto y quienes lo aclimataron en los jardines botánicos de Ámsterdam, Paris y Londres, desde donde pasó a la Guayana holandesa, al Brasil, a Centroamérica y a otros muchos países



A black and white photograph of a crowd of people, possibly in a public square or street, with a large building in the background. The image is slightly blurred and serves as a background for the text.

EL CAFÉ FUE ESPECIALMENTE REPROBADO EN CIERTOS NÚCLEOS PROTESTANTES; TANTO QUE ALGUNOS TERRATENIENTES ALEMANES PUSIERON MEDIDAS EN MARCHA PARA DIFICULTAR SU DIFUSIÓN. EN RUSIA ESTUVO PROHIBIDO CON PENAS INCLUSO DE TORTURA Y DE MUTILACIÓN. Y, CUANDO LA POLICÍA ZARISTA ENCONTRABA A ALGUNA PERSONA PRESA DE UNA CRISIS NERVIOSA, SE LO ATRIBUÍA AL CAFÉ. EL MALESTAR ANTE ESTA BEBIDA PERSISTIÓ HASTA BIEN ENTRADO EL SIGLO XIX EN EL NORTE DE EUROPA.

# PAPA CLEMENTE VIII

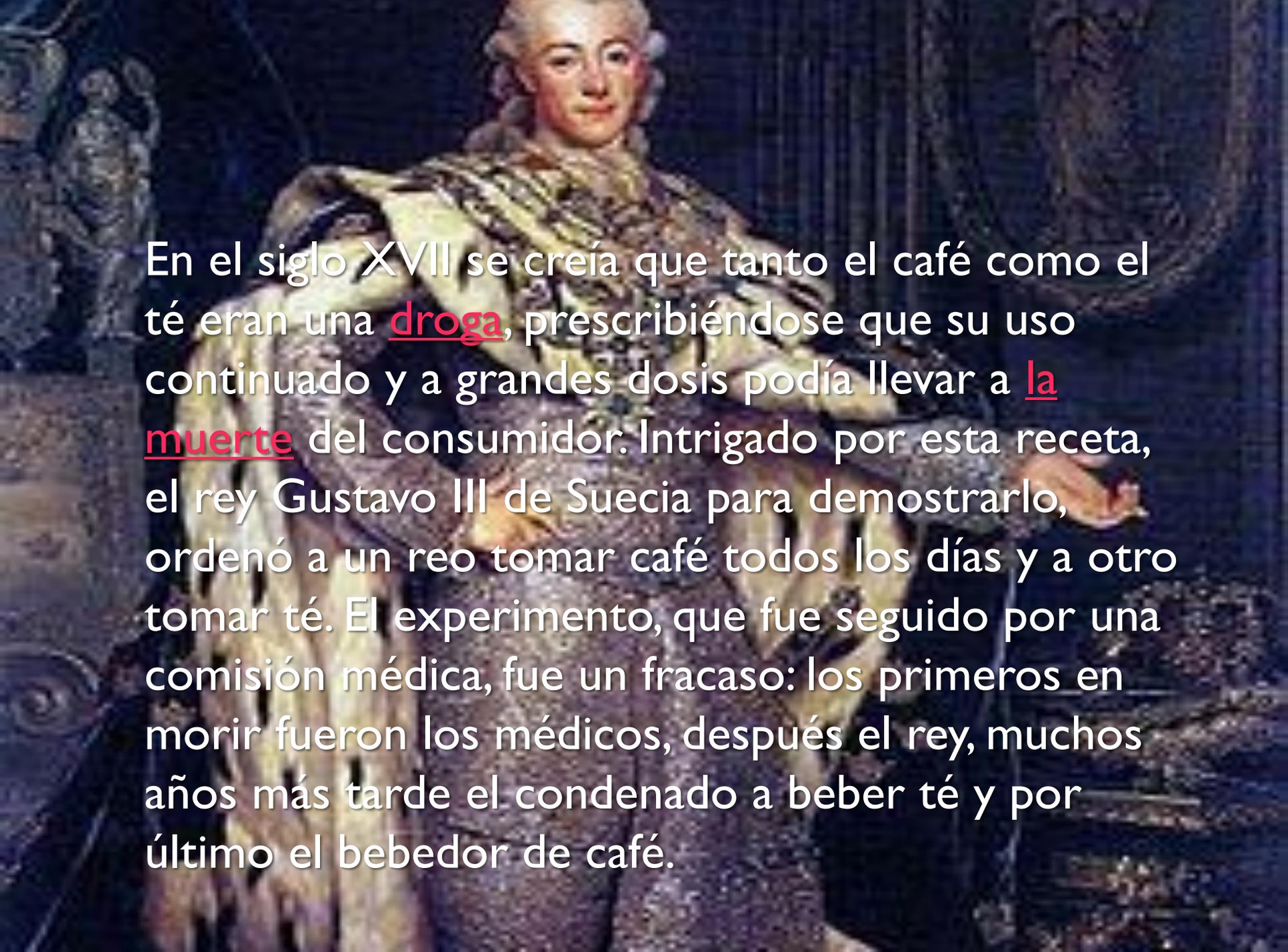
Su introducción en Italia dio lugar a controversias sobre si era lícito a los papas el uso de una bebida de los mahometanos, siendo el papa Clemente VIII quien resolvió probar el café y emitir su fallo. Lo saboreó y dijo: "Esta bebida de Satanás es tan deliciosa, que sería una lástima dejar a los infieles la exclusiva de su uso. Vamos a chasquear a Satanás bautizándola y así haremos de ella una bebida auténticamente cristiana".



ALEXANDER VI PONT MAX

## Alexander Pope

“El café es lo que hace que los políticos sean sabios, y que puedan ver a través de todas las cosas con sus ojos medio cerrados”.



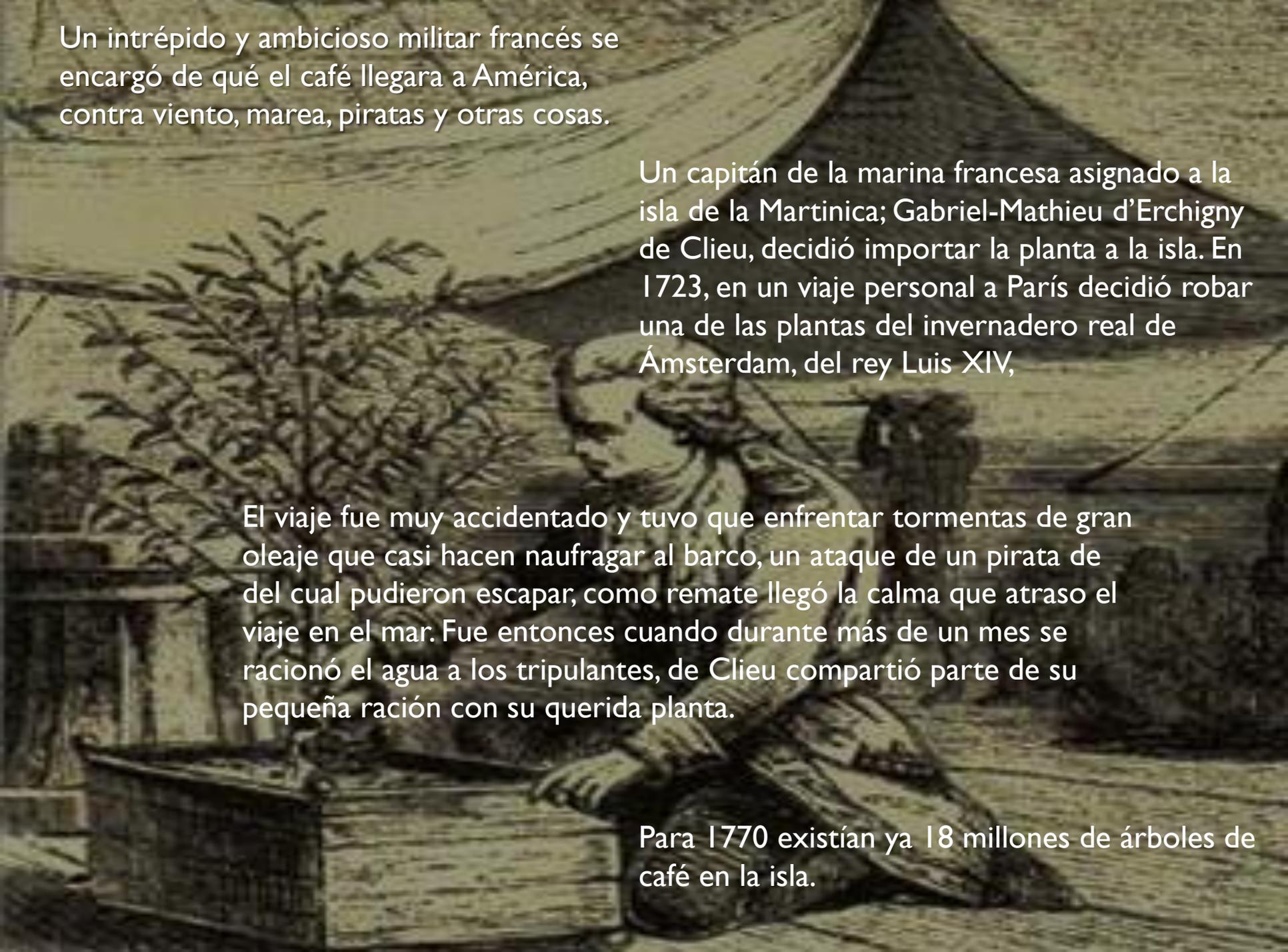
En el siglo XVII se creía que tanto el café como el té eran una droga, prescribiéndose que su uso continuado y a grandes dosis podía llevar a la muerte del consumidor. Intrigado por esta receta, el rey Gustavo III de Suecia para demostrarlo, ordenó a un reo tomar café todos los días y a otro tomar té. El experimento, que fue seguido por una comisión médica, fue un fracaso: los primeros en morir fueron los médicos, después el rey, muchos años más tarde el condenado a beber té y por último el bebedor de café.

El Kopi Luwak es considerado como el café más caro del mundo, su precio oscila entre los 900 y 1000 € el kilo. Esto se debe fundamentalmente a que se produce muy poca cantidad, no más de 500 kilos al año.

Kopi-Luwak-Civeta

- Su origen se remonta al S. XVIII cuando los colonos holandeses comenzaron a plantar el arbusto del cafeto en las islas de Java, Sumatra y Sulawesi en Indonesia. Pues bien, en estas islas habitaba y habita un animal llamado civeta o luwak en el idioma autóctono. Un animal de tamaño mediano, una mezcla entre gato y zorro, que se alimenta fundamentalmente de bayas de café.





Un intrépido y ambicioso militar francés se encargó de que el café llegara a América, contra viento, marea, piratas y otras cosas.

Un capitán de la marina francesa asignado a la isla de la Martinica; Gabriel-Mathieu d'Erchigny de Clieu, decidió importar la planta a la isla. En 1723, en un viaje personal a París decidió robar una de las plantas del invernadero real de Ámsterdam, del rey Luis XIV,

El viaje fue muy accidentado y tuvo que enfrentar tormentas de gran oleaje que casi hacen naufragar al barco, un ataque de un pirata de del cual pudieron escapar, como remate llegó la calma que atraso el viaje en el mar. Fue entonces cuando durante más de un mes se racionó el agua a los tripulantes, de Clieu compartió parte de su pequeña ración con su querida planta.

Para 1770 existían ya 18 millones de árboles de café en la isla.

# The Historic Distribution of *Coffea arabica*

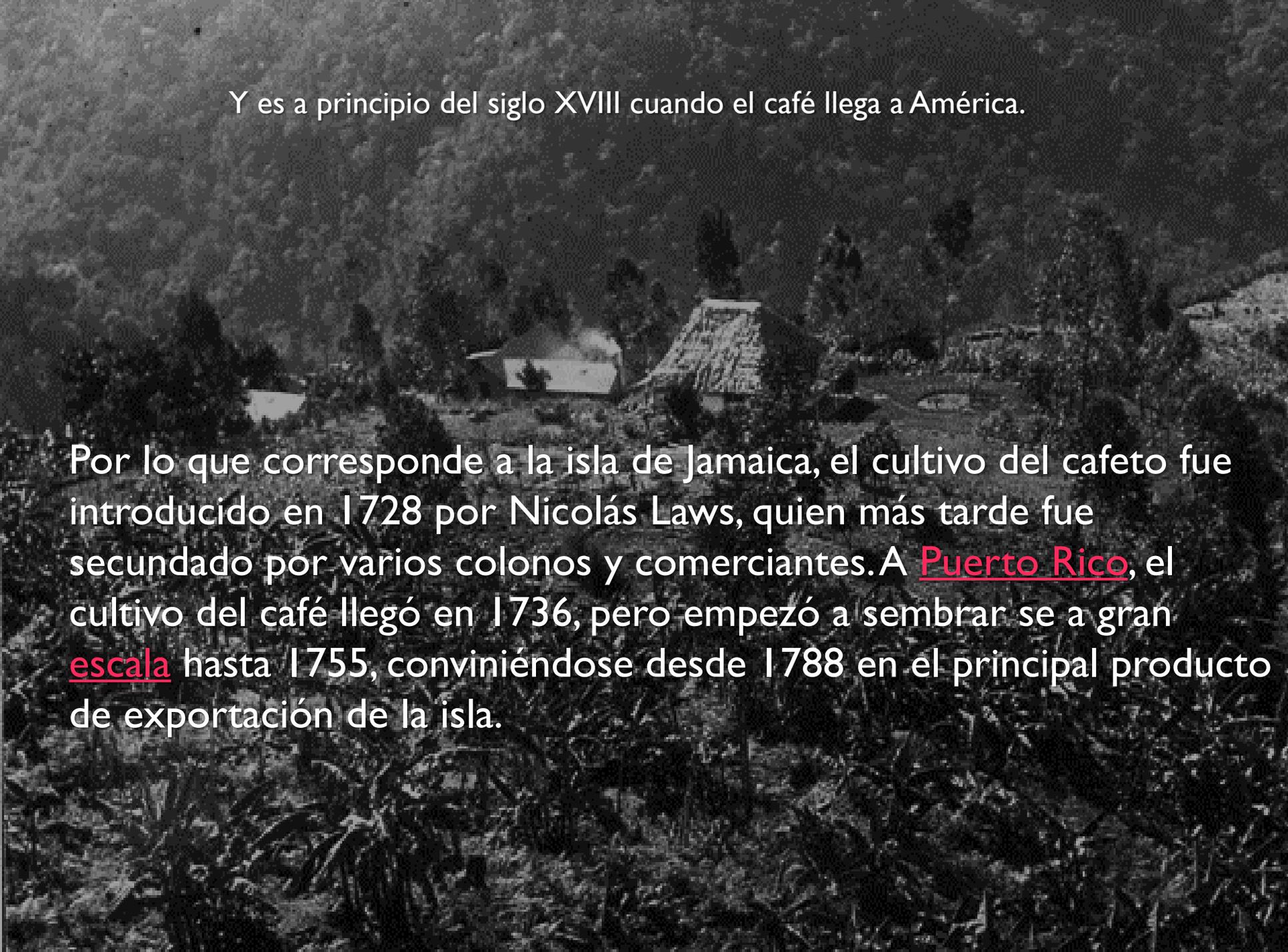


Algún tiempo después de haberse usado en Europa, los holandeses lograron, en 1680, aclimatar la planta en algunas de sus posesiones, particularmente en **Java** y en Batavia, de donde pasó a Ceylán y a todas las Indias Occidentales. En 1719 algunas plantas fueron llevadas de Arabia a Amsterdam, y el Jardín Botánico de esa ciudad suministró al de Plantas de París algunos pocos ejemplares.

*About the Map*

*Coffea arabica* has a complex history of distribution around the tropics. It is a history wrought with politics, religion, colonialism, passion, commerce, and everything in between. This map represents the most accurate collection of resources available at this time on the topic. Some tales of dispersion have been romanticized to the point of being legends, or are simply undocumented. These transports that are less exact have been delineated by dotted lines. Other coffee travels are well-known and have many sources to corroborate the events, and are represented by solid lines.



A black and white photograph of a rural landscape. In the middle ground, there is a small house with a thatched roof, possibly made of palm fronds or similar natural materials. The house is situated on a slight rise. In the background, a steep, forested hillside rises. The foreground is filled with dense, dark vegetation, likely coffee plants, which are slightly out of focus. The overall scene suggests a rural, agricultural setting in a tropical or subtropical region.

Y es a principio del siglo XVIII cuando el café llega a América.

Por lo que corresponde a la isla de Jamaica, el cultivo del cafeto fue introducido en 1728 por Nicolás Laws, quien más tarde fue secundado por varios colonos y comerciantes. A Puerto Rico, el cultivo del café llegó en 1736, pero empezó a sembrarse a gran escala hasta 1755, convirtiéndose desde 1788 en el principal producto de exportación de la isla.

El café fue introducido desde la República Dominicana en el 1736 cuando los gobernantes españoles se percataron que Puerto Rico tenía las condiciones climatológicas y geográficas necesarias para el cultivo de este fruto. El cultivo del café fue exitoso y Puerto Rico llegó a ser el cuarto exportador más importante de las Américas. Sus productos tenían gran demanda en Europa y su tarifa estaba protegida por España.



Ya en 1886, el valor de sus exportaciones alcanzaba los 4,7 millones de pesos y representaba el 49% del valor de las exportaciones totales de la Isla. Diez años después, las exportaciones de café reportaron 13,9 millones de pesos y constituían el 77% del valor total de lo exportado, Puerto Rico se había convertido en uno de los mayores exportadores de café en América.

# Zonas de cultivo de cafe

---

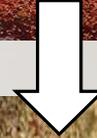
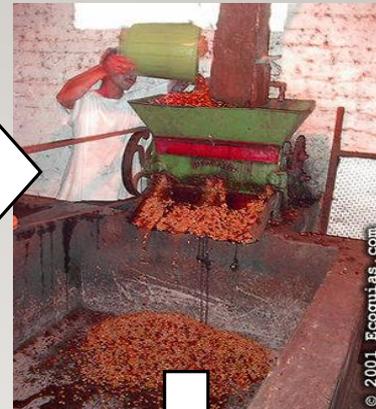




# Via Humeda

(Tradicional)

- Recibo y flotación  
(Primera clasificación de Verdes, Flotes Vanos y Brocados)
- Despulpado  
(Segunda clasificación de verdes)
- Fermentación
- Desmucilaginado-Lavado
- Secado
- Ensacado
- Almacenamiento



©2013-Tangient LLC



Al despulpar un quintal de fruto maduro se obtienen aproximadamente 60 libras de café pergamino despulpado y 40 libras de pulpa.

# Tueste

Los tostadores funcionan típicamente con temperaturas entre 190 y 280 °C, y los granos son tostados durante un período que se extiende desde algunos minutos hasta cerca de 30 minutos.



Publicado por [Café, Campo y Ambiente](#)

Los expertos utilizan el sonido, vista y olfato para identificar el momento preciso en el que los granos alcanzan un tueste perfecto.

# Tueste

## Transformaciones Físicas.

- El tueste se inicia a  $100^{\circ}$ . Comienza a perder humedad y su color pasa rápidamente del verde al amarillo pálido y luego dorado.
- Aumentando la temperatura hasta los  $180^{\circ}$  la descomposición de la capa es mayor. Y se desprende un aceite de fuerte aroma. Los granos empiezan a hincharse y romperse adquiriendo un color carmelita.
- A partir de ahí podemos elevar la temperatura hasta  $218$  para hacer un café más agrio pero menos amargo hasta un máximo de  $225^{\circ}$ .



## Tueste

- Posteriormente hay que enfriar los granos rápidamente a fin de que se fijen los aromas y se condensen las sustancias aceitosas.
- Lo importante es alcanzar la temperatura idónea en el menor tiempo posible, a fin de tener el máximo de aromas del grano.



# Tueste

## Transformaciones Químicas.

- Disminución del agua.
- Aumento de las Sustancias grasas.
- Disminución de los azúcares.
- Aparición de nuevas sustancias: anhídrido carbónico, caramelo, etc,



# Catación o prueba de taza

## Atributos

### Fragancia:

Todos aquellos componentes volátiles que produce el café recién molido.

### Aroma

: Es la expresión de los componentes volátiles del café desde el momento en que la bebida es extraída.

### Acidez:

Es una característica positiva del café ya que le proporciona viveza, sin ella el café parecería plano y sin carácter. Es una característica que está relacionada con la suavidad del café.

### Cuerpo

: Es una sensación táctil relacionada con la densidad de la bebida, se traduce también como la sensación de llenura o pesadez que se percibe al probar la bebida.



©2014-PerezZeledon.net

### Otros atributos:

Son aquellos sabores y aromas particulares que ayudan a definir mas exactamente el perfil sensorial del café. (floral, frutal, herbal,...).

# Flavours of Origin

Coffee growing regions around the world are renowned for producing distinct flavours in their beans that represent the origin. Use this map as a guideline to help you identify where each flavour originates.



# COFFEE INFOGRAPHICS

Where coffee grows?  
The largest producing countries of coffee.



## AFRICA

Ethiopia; Liberia  
Kenya; Tanzania  
Angola; Burundi  
Zaire; Zambia  
Zimbabwe; Rwanda  
Guinea; Uganda



## ASIA

Yemen; India  
Indonesia;  
Sumatra  
Sulawesi



## CENTRAL AMERICA CARIBBEAN

Mexico; El Salvador;  
Dominican Republic;  
Guatemala; Haiti;  
Costa Rica; Cuba;  
Puerto Rico;  
Nicaragua;

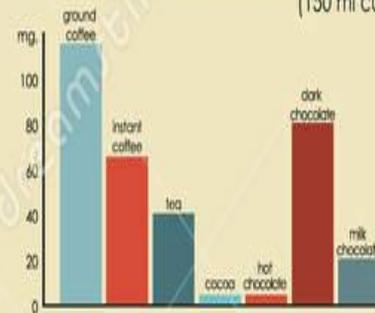


## SOUTH AMERICA

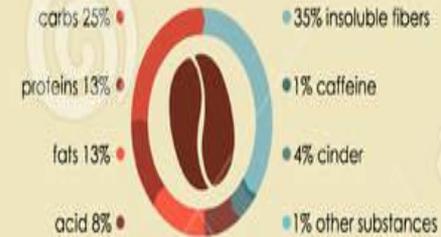
Brazil; Colombia;  
Venezuela; Peru;  
Ecuador; Jamaica;  
Hawaiian Islands;  
Papua New Guinea

# SCIENCE STATISTICS

The caffeine content in soft drinks  
(150 ml cup)



Coffee contains the following



# INFORMATION STATISTICS



**65%** of the world's coffee is drunk with different additives (milk, cream, spices, alcohol, sugar, salt, cinnamon, lemon)

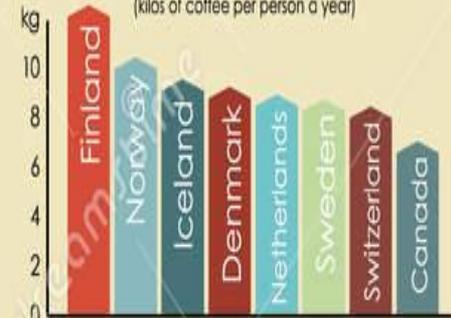


**35%** of all coffee in the world is drunk without additives (black coffee without sugar and cream)



1 person in the world per day drinks 3 cups of coffee

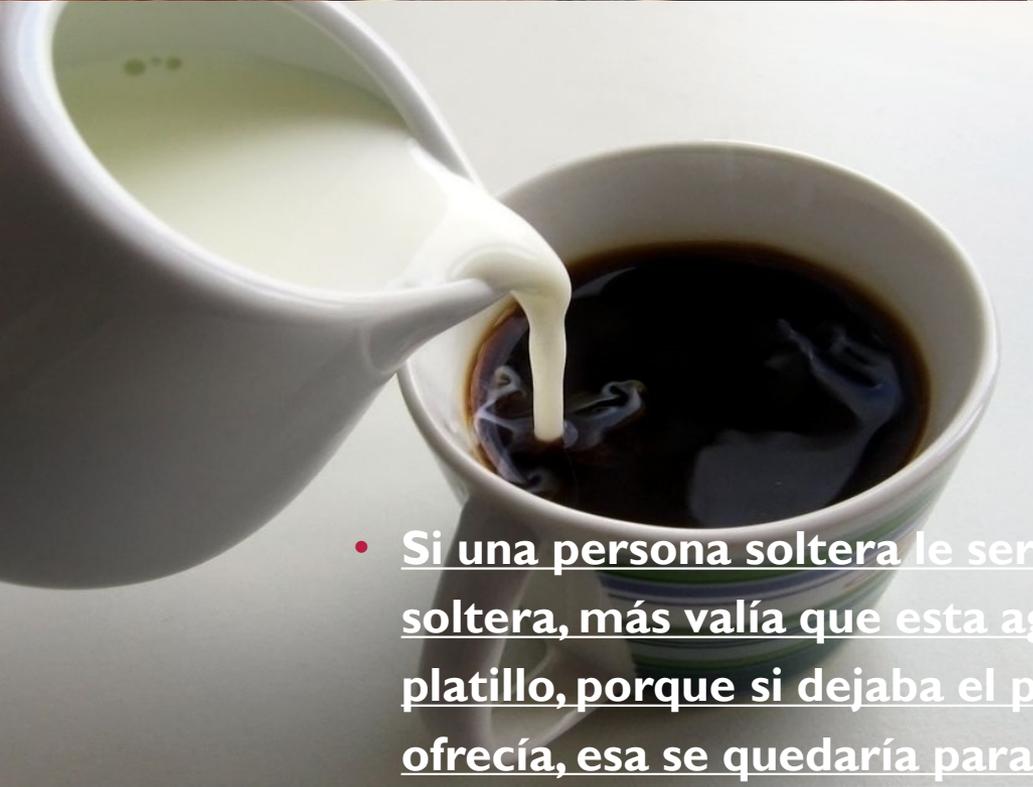
The biggest consumers of coffee are the following countries (kilos of coffee per person a year)





El café es la segunda mercancía comercializada en el mundo, tras el petróleo. Se estima en 125 millones el número de personas que vive del cultivo del café, incluyendo 25 millones de pequeños productores. Cada año se beben 400.000 millones de tazas de café . Por tanto, en juego hay mucho intereses económicos y sociales extremadamente importantes.

# Tradiciones



- Si una persona soltera le servía café a otra también soltera, más valía que esta agarrara la taza con todo y platillo, porque si dejaba el platito en la mano de quien lo ofrecía, esa se quedaría para vestir santos.

¿Como preparar un buen café?



# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 1 Compra granos frescos**

Sin duda, el café es mejor cuando se consume dentro de los primeros días tras ser tostado. Comprarlos en un expendio local o tostar tus propios granos es la manera más segura de obtener granos frescos. Cuidado con comprar café a granel de los contenedores de los supermercados. El aceite que desprenden los granos queda impregnado en los contenedores, lo que es malo porque tiende a volverse rancio y afecta el producto por consiguiente. También el oxígeno y la luz son los peores enemigos del sabor de los granos tostados. Por su parte, son preferibles los granos de café envasados por tostadores conscientes de la calidad que se venden en bolsas resistentes y selladas al vacío.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 2 Mantén frescos los granos de café**

Siempre almacena los granos de café en un contenedor cerrado herméticamente. Las jarras de vidrio o los frascos de cerámica con sellos de goma son buenas opciones.

Nunca los refrigeres (los granos tostados son porosos y absorben la humedad y los olores de los alimentos). Los expertos del sabor hacen hincapié en nunca congelar el café especialmente los tostados más oscuros. Idealmente compra un suministro de granos frescos como para una semana a la vez y mantenlos a temperatura ambiente.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 3 Escoge un buen café**

El esnobismo entre los aficionados de café se compara al de los del vino, pero el hecho es que un sorprendente mundo de sabores diferentes espera a cualquiera que esté dispuesto a aventurarse más allá de las marcas producidas comercialmente. Cafés especiales que porten claramente el país, la región o el estado de origen pueden proveer toda una vida de experiencias sensoriales. Por supuesto busca cafés 100% puros de Arábica. Las opciones baratas podrían contener granos de Robusta conocidos por su alto contenido de cafeína, pero de sabores muy fuertes. “Tosco” es un término regularmente ligado a la Robusta por devotos de la Arábica.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 4 Muele tus propios granos**

El café comienza a perder su calidad, casi inmediatamente después de ser molido. Las mezclas de mejor sabor son preparadas con granos molidos justo antes de ser preparado. Los conocedores de café prefieren moler en caros molinos dentados (Solis, Zassenhaus, Rancilio). Pero los molinos eléctricos económicos de navaja giratoria (por ejemplo: Braun, Bodum) harán el trabajo. Especialmente si éste es agitado durante el proceso del molido para obtener partículas finas y de igual tamaño. La molienda más fina produce más sabor.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 5 Usa buena agua**

Nada puede arruinar una jarra de café más fácil que el agua de la llave con cloro u otros sabores. Los verdaderos amantes del café utilizan agua de manantial embotellada o filtros de carbón activo en sus llaves de paso. Nota: El agua destilada o suavizada hace un café terrible. Utilizar agua destilada o suavizada produce un café terrible. Los minerales de una agua buena son esenciales.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 6 Evita los filtros baratos**

Los filtros de papel baratos producen un café de calidad inferior de acuerdo a los expertos. Busca los filtros de papel, libres de dioxinas (Filtropa, Melitta). Alternativamente podrías invertir a largo plazo en un filtro bañado de oro de larga duración (ejemplo Swiss Gold). Conocidos por extraer el máximo sabor, aunque dejan pasar algunos sedimentos si el café molido es demasiado fino.

# ¿Como preparar un buen café?

## **Regla no. 7 No escatimes en el café**

La medida estándar para colar café es 2 cucharadas rasas por una taza de 6 oz., o dos cucharadas y  $\frac{3}{4}$  por una taza de 8 oz. Trucos como utilizar menos café y agua más caliente para extraer más tazas por kilo tienden a producir colados amargos. El agua demasiado caliente extraerá compuestos del café que son más amargos que placenteros.

La temperatura apropiada es de 95 oC o cerca de 45 segundos para una carga completa. La mayoría de las buenas cafeteras regulan esto automáticamente. Una vez preparado no esperes que el café mantenga sus mejores sabores por largo tiempo, recalentarlo, hervirlo o prolongar su temperatura en una plataforma caliente convertirá al mejor de los cafés en una mezcla amarga y por lo tanto, de mal sabor.

Limpia tus contenedores de almacenaje y tus molinos regularmente para remover la presencia de aceite. Y al menos cada mes deja correr una solución de vinagre a cafés de tu cafetera para disolver cualquier depósito de minerales y enjuágala concienzudamente antes de reutilizarla.

# Beneficios del Café

## 5 BENEFICIOS DEL CAFÉ

**1. El café preserva tu memoria.** Se dice que tres o más tazas de café al día puede ayudar al tratamiento del Alzheimer y de la demencia en un 65 % por una sustancia que contiene llamada GCSF.

**2. Protege tu corazón.** Una o dos tazas de café ayudan a que los vasos sanguíneos sean más flexibles.

**3. Contra la diabetes.** Cuando el consumo de café aumenta, el riesgo de diabetes disminuye. Se dice que cuatro tazas al día mejora los efectos de la insulina y reduce el riesgo de diabetes en un tercio.

**4. Previene accidentes cerebrovasculares.** Beber dos a tres tazas de café al día reduce el riesgo hasta en un 19 %.

**5. Disminuye el riesgo de padecer cáncer.** El café es un arma potente contra esta enfermedad. Una reciente investigación sugiere que beber cuatro tazas de café al día reduce en las mujeres el cáncer en el endometrio en un 25 %. Las mujeres posmenopáusicas pueden saborear al menos cinco tazas al día para reducir a la mitad ciertos cánceres de mama. En el caso de los hombres, puede ayudarlos a prevenir el cáncer de próstata. Y para ambos sexos, puede combatir el cáncer de piel.

Fuente: Eatingwell y Shine.com

# El Café y las artes

---

- El olor del café se reconoce por despertar los sentidos, que ha sido inspiración para muchos, Miguel Bosé dice en una de sus canciones que “nadie como tú me sabe hacer café”, Juan Luis Guerra, miraba al cielo y cantaba “ojalá que llueva café en el campo” y el Gran Combo nos dice que solo les falta “azuquita pa el café”.

"Mereces un amor que te quiera despeinada, con todo y las razones que te levantan de prisa, con todo y los miedos que a veces no te dejan dormir. Mereces un amor que te haga sentir segura, que pueda comerse al mundo si camina de tu mano, que sienta que tus abrazos van perfectos con su piel. Mereces un amor que quiera bailar contigo, que visite el paraíso cada vez que mira tus ojos, y que no se aburra nunca de leer tus expresiones. Mereces un amor que te escuche cuando cantas, que te apoye en tus ridículos, que respete que eres libre, que te acompañe en tu vuelo, que no le asuste caer. Mereces un amor que se lleve las mentiras, que te traiga la ilusión, el café y la poesía."

Estefanía Mitre.

Destino de Letras





**Espresso**

café solo



**Americano**

café rebajado



**Macchiato**

café con espuma



**Espresso Panna**

café con crema batida



**Doble**

doble ración de café



**Cortado**

café con poca leche



**Café con Leche**

Mitad café, mitad leche



**Lágrima**

Poco café y mucha leche

**Tabla 2. Contenido de cafeína en alimentos y bebidas**

<b>Alimento</b>	<b>Porción</b>	<b>Cafeína (mg/porción)</b>
Café instantáneo	180 mL (taza)	60-70
Café Capuccino	180 mL (taza)	70
Café molido	180 mL (taza)	100-250
Yerba mate	180 mL (taza)	10-60
Barra de chocolate	Barra	60-70
Coca Cola	360 mL (lata)	65
Pepsi Cola	360 mL (lata)	45
Bebidas energéticas	250 mL (lata)	80-125

A blurred background image of a desk with a laptop, a cup of coffee, and papers. The laptop is on the left, showing a man in a suit. A white cup of coffee is on a saucer in the center. Papers are scattered on the desk. The overall scene is a professional office setting.

GRACIAS POR SU ATENCION