

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Tajemnice małej czarnej



Jak rozpowszechnia tureckie przysłowie: „Kawa powinna być czarna jak trucizna, mocna jak śmierć i słodka jak miłość”. Prawdopodobnie dużo jest w tym przysłowiu racji, gdyż na całym świecie ten mocny i gorzki napój zyskał serca mionów kawoszy, stając się nieodłączną tradycją każdego poranka, przerwy na lunch, spotkań towarzyskich. Nic w tym niezwykłego, że zawiadnął sercami tylu osób skoro dowiedziono, że poprawia nastrój. Biorąc pod uwagę, że zawarta w kawie kofeina, zwiększa produkcję dopaminy, która stymuluje obszar mózgu, który odpowiada za zadowolenie. Bardzo optymistyczna informacja, prawda? A co dodatkowo wiemy o tym „boskim” płynie?

70 % zwolenników kawy pija Arabikę, która ma delikatny i szlachetny aromat, jest to kawa najwyższej jakości. Pozostałe 30 % - Robustę, o bardziej zdecydowanym, gorzkim smaku, zawartości kofeiny wynoszącej o 50 % więcej. Robustę uważa się za gatunkowo gorszą, niższej klasy kawę, wprowadzając z jej drzew, które są bardziej odporne na choroby i suszę, można zbierać dwukrotnie większy urodzaj. Arabika ma w swoim składzie 1% kofeiny, Robusta - 2 %. Niejednokrotnie producenci rozpuszczalnej kawy mieszają Robustę z Arabiką.

Kawa rośnie na drzewach, których wysokość sięga nieco ponad 9 metrów. Ludzie zdecydowali, że o wiele wygodniej jest zbierać plony kawy wtedy, gdy ma ona wysokość około 10 stóp (3 metry) i podjęli odpowiednie kroki w celu skorygowania naturalnego procesu wzrostu, dopasowując je do swoich potrzeb. Jedno drzewo kawowe wydaje mniej niż pół kilograma ziaren kawy rocznie, jego żywotność wynosi około 60-70 lat.

Zieloną kawę, czyli taką, której ziarna nie zostały wcześniej uprażone, można magazynować przez cały rok w suchym, zimnym pomieszczeniu, w ten sposób nie straci ona swoich walorów smakowych. Niestety, po tym jak ziarna zostaną poddane prażeniu, ich smak i aromat zaczną powoli zanikać już po około 48 godzinach.

W większości przypadków, do tej pory kawa jest zbierana ręcznie. Wprawiony zbieracz jest w stanie zbierać około 7 koszy owoców kawy w przeciągu dnia. Waga kosza wynosi 50 - 100 kg, zaś cena oscyluje od 2 \$ do 10 \$ za kosz. Ciekawe jest to, że po wysuszeniu i uprażeniu ich cena wzrośnie do 110 \$ za kosz. Kofeina nasila działanie środków przeciwbólowych, szczególnie aspiryny i paracetamolu.

Zawdzięczamy to kwasowości żołądka, która momentalnie wzrasta po jej wypiciu. Po filiżance kawy żołądek łatwiej rozpuszcza leki przeciwbólne.

Kofeina jest na liście wzbronionych substancji przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski. W przypadku kiedy podczas kontroli na zażycie dopingu w moczu sportowca zostanie wykryte stężenie kofeiny większe niż 12 mikrogramów na litr, zostaje on dyskwalifikowany i tym samym straci prawo do kontynuowania udziału w zawodach.

Utworzenie słowa cappuccino - „zawdzięczamy” dewiacji kilku języków. Etymologia określenia ma

swój początek w XVI wieku, został on zapoczątkowany przez mnichów z orderu kapucynów, którzy po 1525 odegrali bardzo ważną rolę w przewróceniu katolicyzmu na obszar zreformowanej Europy. Włoski składnik - cappuccio, wywodzi się od - kaptur - części ubrania mnicha. Następnie powstał francuski wyraz capuchin, który później został zapożyczony z języka angielskiego. Pierwsza nadmienienie wyrazu cappuccino w języku angielskim została odnotowana w 1948 roku, w książce dotyczącej San-Francisco. Inna wersja odnosząca się do powstania wyrazu, głosi, że ciemna kawa, przypomina strój mnicha, natomiast znajdująca się na wierzchu „czapeczka” bitej śmietany kolorem wykazuje podobieństwo do jego włosów.

Dawnymi czasy turecki pan młody podczas ceremonii zaślubin uroczyście przysięgał, że jego żona nigdy w życiu nie zabraknie kawy. Niedotrzymanie przysięgi mogło być powodem rozwodu. W domach Beduinów kawę, zazwyczaj podaje się z imbirem lub kardamonem. Ma żółty kolor i bardzo przyjemny smak. Goście, których przyjmuje się kawą zostają poinformowani: "Mój dom jest twoim domem." W Ugandzie, zielone ziarna kawy łączy ze słodkimi ziołami i przyprawami, a następnie suszy się i zawiesza w woreczkach w całym domu. Taki aromatyczny woreczek służy jako talizman i dekoracja jednocześnie. W Grecji i Turcji istnieje tradycja, według której, jako pierwsze kawą zostają poczęstowane osoby starsze.

Codziennie wypijanie 4 filiżanek kawy zmniejsza ryzyko powstania kamicy żółciowej oraz marskości wątroby. Dodatkowo zwolennicy kawy mają o 60 % mniejsze szanse na zachorowanie na chorobę Parkinsona i Alzheimer. Kofeina zmniejsza apetyt, przyspiesza spalanie kalorii i ogólne procesy metabolizmu w organizmie, zaś w połączeniu z dietą oraz aktywnymi ćwiczeniami zwiększa szanse pokonania nadwagi o 20 %. Naukowcy odkryli w kawie zawartość powyżej 800 związków aromatycznych. Podobno filiżanka kawy bez cukru nie zawiera kalorii, natomiast ma powyżej 300 antyoksydantów, które pozostają w naszym organizmie cały miesiąc.

Włosi piją espresso z cukrem, Niemcy i Szwajcarzy dodają gorącą czekoladę, Meksykanie - cynamon, Belgowie - objadają się w czasie picia czekoladą. Marokańczycy piją kawę z pieprzem, Etiopczycy z odrobiną soli. Na Bliskim Wschodzie do kawy zazwyczaj dodawany jest kardamon i inne przyprawy. Kawa z bitą śmietaną jest powszechna wśród Austriaków. Egipcjanie cenią czystą kawę, bez dodatku cukru lub śmietanki.

Pierwsza kawiarnia w Paryżu została utworzona w 1689 roku i nazywała się „Procope”, jej właścicielem był sprzedawca lemoniady François Procope. Kawiarnia mieściła się naprzeciwko teatru, dlatego w większości jej bywalcami byli malarze i artyści. We Włoszech kawa weszła do obiegu w 1615 roku. Tymczasem w 1720 roku w Wenecji na Placu Świętego Marka zostały otwarte dwie kawiarnie: pierwsza - "Florian", była często odwiedzana przez Casanovę, Goethego, Rubinsteina oraz druga - "Guardi" do której lubili „zaglądać” Byron i Liszt.

<http://laboratoria.net/aktualnosci/23549.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy