



Espresso

Reinstes Kaffee-Vergnügen

„Bitte keinen Espresso, der ist mir zu stark.“ – Ein Satz, den man oft hört und der dennoch nicht ganz der Wahrheit entspricht. Denn was viele nicht wissen: Der Koffeingehalt der Arabica-Sorten, die man für besten Espresso verwendet, liegt unter 1,5 Prozent. Schon deshalb ist Espresso magenfreundlicher als Filterkaffee.

Damit der Espresso eine ungetrübte Freude wird, müssen fünf Faktoren stimmen. Da ist zunächst die Mischung der Bohnen, denn eine gute Kaffeemischung entscheidet wesentlich über die Qualität des Espressos. Eine feine Balance zwischen Geschmack und Aroma erzielt man, wenn die besten Bohnen aus verschiedenen Teilen der Welt gemischt werden. 100 Prozent Arabica ergibt die feinsten und weicheren Espresso-Sorten. Mehr geschmackliche Würze wird erzielt, wenn eine geringe Menge Robusta (10-20 Prozent) beigelegt ist. Fertig gemahlener Espresso ist heute perfekt für die Maschine vorbereitet, doch für viele Espresso-Enthusiasten gehört das Mahlen in der eigenen Kaffeemühle dazu. All jenen sei gesagt: reine Arabicas wollen „verwöhnt“ werden, das heißt, langsam mahlen und einen feinen Mahlgrad wählen. Mischungen verlieren an Geschmack, wenn zu schnell und hoctourig gemahlen wird, weil die dabei entstehende Hitze viel Aroma zerstört. In ein gutes Mahlwerk zu investieren zahlt sich also am Ende aus. Rund 7-8 Gramm Kaffee sind die Menge für einen Espresso.

Das A und O schließlich ist die Espressomaschine. Sie braucht Druck, genauer gesagt 9 bar sind ideal, damit beim Durchlauf des Wassers alle Aromastoffe und Öle der Kaffeebohne in die Tasse kommen. Da man selbst keinen Einfluss darauf hat, ist es wichtig, sich beim Kauf beraten zu lassen und sich für eine gute Espressomaschine zu entscheiden. Länger als 30 Sekunden sollte der Brühvorgang nicht dauern, sonst kommen Bitterstoffe und zu viel Koffein hinzu. Die genaue Extraktionszeit kann man selbst beeinflussen, durch den Mahlgrad des Pulvers, die Menge

an Pulver und wie fest es in den Siebträger gepresst wird. Je feiner es gemahlen ist, desto länger die Extraktionszeit. Ist der Schaum am Ende dunkelbraun und zeigt in der Mitte einen weißen Fleck oder ein schwarzes Loch, dann ist der Espresso überextrahiert. Dazu kommt es hauptsächlich, wenn der Kaffee zu fein gemahlen oder die Pulvermenge zu groß ist. Weist der Espresso hingegen einen hellen, wenig konsistenten Schaum auf, ist er unterextrahiert. Dies entsteht durch eine zu kleine Menge Kaffee oder zu grob gemahlene Pulver. Kann jetzt noch etwas schief gehen? Kaum, außer die Tassen sind kalt. Diesen Fauxpas darf sich kein „Espressomacher“ leisten. Also die Tassen vorher stets gut erwärmen, entweder mit heißem Leitungswasser oder mit dem Dampf aus der Dampfdüse.

Natürlich muss es nicht immer Espresso sein, Italiener trinken auch gerne einen Espresso Macchiato, bei dem der Espresso mit einem winzigen Schuss warmer Milch aufgegossen und mit einem Hauch Milchschaum überzogen wird, so dass er „macchiato“ (übersetzt „gefleckt“) aussieht. Und auch Cappuccino, der Name stammt von den braunen Kutten der Kapuzinerinnen, ist ein Lieblingsgetränk. Dafür den Espresso in eine Cappuccino-Tasse geben, Milch erwärmen, aufschäumen und auf den Espresso gießen. Die so entstandene „Kapuzinerhaube“ mit etwas herbem Kakaopulver bestäuben. Übrigens: Perfekten Milchschaum bereitet man unter der Dampfdüse in einem Gefäß aus Edelstahl und mit 3,5-prozentiger, kalter Milch zu. Damit der Schaum nicht zu schnell zusammenfällt, darf die Milch nicht kochen.



So wird es ein perfekter Genuss:
Bohnen kurz vor dem Brühen mahlen...



...danach gut festdrücken und in die Maschine einspannen.



Vorgewärmte Tasse unter den Kaffeeauslauf stellen ...



...und fertig ist der Espresso de luxe!