

01 コーヒーの歴史

コーヒーの誕生

コーヒーの発見には様々な説がありますが、どのような状況で、誰に発見されたのでしょうか。もともとはコーヒーを飲み物としてではなく、豆をそのまま噛んで食べていたとされています。コーヒーの誕生については諸説がありますが、今回は有名な説の一つであるイスラム人修道者についての話をご紹介します。

あるイスラム人修道者が町を出て食べる物もなく山中をさまよっていました。すると一羽の小鳥が赤い実をついばんでいるのを目にしました。お腹が空いていたイスラム人修道者が試しに食べてみたところ、みるみるうちに元気が湧いてきたとのこと。

驚きのあまり、その実を持ち帰りスープを作って飲んだことがコーヒーの始まりといわれています。

● イスタンブールからヨーロッパへ

コーヒー豆の効能から、当時は薬屋で販売されていたとのことですが、イスタンブールでコーヒーを提供する店が現れます。これが現在の喫茶店です。コーヒーの美味しさに町の人々は虜になり、やがて人気店へととなりました。

一方で、コーヒーの作用として興奮や快感をもたらすということもあり、アルコールと同種と分類されて批判を受けることもありました。しかし、批判を受けてもなおコーヒーの消費は衰えることなく、多くの人々が口にするようになりました。その後、ヨーロッパへと広まり、個性的な風味と海外からの珍しい飲み物はたちまち大評判となります。

● 植民地に広がるコーヒー農園

購入したコーヒー豆を転売する様子を見たオランダ人の商人は、自身でコーヒーを栽培できないかと考えました。コーヒーの苗木を購入し、植民地に植え付けて栽培を試みたところ見事成功し、次々と植民地でのコーヒー栽培が盛んになりました。その後、コーヒー農園が植民地に次々と開かれ、1830年にコーヒーは栽培作物に指定されるようになりました。

コーヒーに合う砂糖

グラニュー糖が最も適している

抽出してそのまま飲むブラックコーヒーはもちろん美味しいですが、砂糖やミルクを加えても相性が良く、多くの方がブラックコーヒー以外も好んで飲みます。

コーヒーに甘みを加えることのできる砂糖には、実は種類がいくつかあり、コーヒーに合うもの、合わないものがあります。普段はあまり気にせず使っているかもしれませんが、それぞれの特徴を押さえておきましょう。

中でも最もコーヒーとの相性が良いのがグラニュー糖です。グラニュー糖は癖がなく、溶けやすいため、コーヒー本来の風味を邪魔せずに飲むことができます。

グラニュー糖以外にも上白糖、ザラメ糖などがあります。

日本ではメジャーな上白糖ですが海外ではあまり流通しておらず、日本での取引がほとんどです。溶けにくいですが、甘みやコクを引き出してくれるので苦みが強いコーヒーに適しています。

ザラメ糖はほかの砂糖に対して結晶の大きい砂糖なので、溶けるのに時間がかかります。甘みがかなり強い特徴があるためコーヒーの風味が大きく変わってしまうこともあり、少しずつ入れて変化を楽しむのが良いとされています。



コーヒーに合うクリーム

生クリームが最適

コーヒーに加えるミルクで最も適しているといわれるのが生クリームです。

生クリームはミルクの風味が牛乳などに比べて濃いため、コーヒーに入れるとコクが増します。中でも生乳を原料とする新鮮な生クリームは深めな風味のコーヒーと相性が良いとされています。

03 コーヒー豆

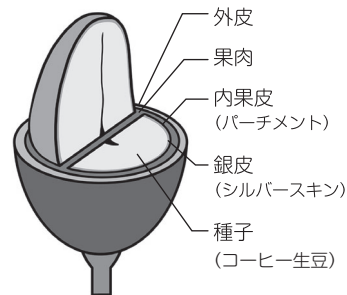
コーヒー豆は「豆」ではない

● コーヒーの果実は細長い楕円の種子

コーヒーといえば茶色いコーヒー豆をイメージする方が多いと思いますが、コーヒーは、マメ科の植物ではなく「コーヒーノキ」と呼ばれる植物の種子です。

突然実をつけるわけではなく、苗木から成長し、のちに白い花を咲かせます。この花はジャスミンのような香りがするといわれています。その白い花は2、3日でしぼんでしましますが、その影で実を付けていた緑色の果実は赤く色づき、熟していきます。これが「コーヒーチェリー」と呼ばれます。

「コーヒーチェリー」の実を割ってみると、中には細長い楕円の種子が向かい合って2粒入っています。これがコーヒー豆です。ほとんどの種子は平らに向かい合っており、平豆（フラットビーンズ）と呼ばれています。すべての果実に平豆が入っている訳ではなく、たまに1粒の種子だけが育っている丸豆（ピーベリー）が出てくることもありますが、味の違いは特にありません。



コーヒーの実の構造

● コーヒーチェリーと呼ばれる理由

コーヒーの果実が「コーヒーチェリー」と呼ばれる理由は、赤く熟した果実がさくらんぼに似ていることから名づけられました。コーヒーの果実も食べることができますが、種子が大きくほとんど果肉がないため食べる習慣はないようです。

04 コーヒーの木・豆の種類



コーヒーの主な産地と豆の種類（生産量順）

ブラジル

生産量 約 268 万 t

世界の約 3 分の 1 を占める生産量を誇っています。
熱帯地域が多く、伝統的な製法で作られています。

ブラジル N・S-17/18

ブラジルの中で生産量が最も多い豆です。大きさはばらつきがあり、ブラジル国内では、ありふれた豆とされています。NSは「NSカルモ農園」からきており、17/18は豆の大きさがスクリーンNo.17と18で作られたことを指します。

ブラジル W

水洗式で精製されており、欠点豆も少なくコクがあり優れた豆です。
Wはwashed（水洗式）の略でコーヒーチェリーから果肉を除いた後、豆を水洗いしてから乾燥させる精製方式です。

ブラジル N・S-19

生産量が少ないため、希少な豆とされています。豆自体のグレードが高く、上質といわれています。

ブラジル N・S-14/15

欠点豆が多く、品質は低い傾向にあります。インスタントコーヒーに使用されることが多い豆です。



● ホンジュラス

生産量 約 48 万 t

栽培の品種はアラビカ種で、近年品質が向上し注目されています。

■ ホンジュラス

標高の高さでランク分けされ、酸味と苦味のバランスが良いことが特徴です。
バランスが良いため、日本人好みの風味といわれています。

● エチオピア

生産量 47 万 t

爽やかな酸味とフルーティな香りが特徴で、
香りにおいては世界最高といわれています。

■ エチオピア・シダモ W・G2

エチオピア南部のシダモ地方で栽培されています。エチオピアの中でも最高グレードの豆で、深煎り・アイスコーヒーに向いています。G2は、品質が上から2番目ということを示します。

■ エチオピア・ジマ・G5

安定した上品質な豆です。
ジマの豆は、多彩な味のコーヒー豆が収穫できることで有名です。

■ エチオピア・ティピ・W

シダモやジマと同じく上品質な豆で、ヨーロッパで多く消費されています。
ナイル川の源流を利用した水洗式で精製しています。

■ エチオピア・ハラール・ボールドグレイン

エチオピアのハラール地区のコーヒーです。
ハラール地の生産の中でも高品質な豆だけがボールドグレインと呼ばれています。

01 コーヒーの淹れ方

コーヒーの味は条件によって変わる

コーヒーの味は良質な生豆、焙煎方法、抽出といった条件によって変わってきます。

ここでは、美味しいコーヒーを作るために必要な条件について詳しく掘り下げていきます。



生豆

コーヒー豆は、生産国から未加工のまま輸送されてきます。(生豆)
コーヒーを美味しく飲むためには良質な生豆を選ぶことが大切です。
良質な生豆とは、形・大きさ・色・厚さが均一で欠点豆が入っていない豆を指し、手作業で欠点豆や不要物を仕分ける「ハンドピック」と呼ばれる作業が必要です。

良質な生豆を見分けるポイント

鮮度で見分ける

- 1 ニュークロップ…収穫されたての豆
- 2 パーストクロップ…1年前に収穫された豆
- 3 オールドクロップ…2年以上前に収穫された豆

新鮮な生豆は水分を多く含み、緑色が濃くなっています。

形・大きさで見分ける

厚みがあり、ふっくらしたものが良いとされています。
粒が均一でセンターカットが綺麗に入っている豆が良い生豆といえます。
また、異常な匂いのする豆は避けてください。



抽出

コーヒーの抽出方法には様々ありますが、淹れ方によって味は格段に変化します。
器具によって粉の量や淹れるスピードなどが異なるため、それぞれに特徴の違いがでできます。

ペーパードリップ

コーヒーペーパーに粉を入れてお湯を注ぐだけの方法です。
最も王道で、簡単にコーヒーを抽出できます。
少量のお湯を先に注ぎ、蒸らしてから抽出します。
お湯は一定の速度で細く注ぐことがポイントです。



ネルドリップ

布フィルターを使用して抽出する方法です。
コーヒーの美味しさを最も引き出すことができますが、
ペーパーに比べ、手入れや管理が必要です。
ろ過のスピードが早いためゆっくり抽出することがポイントです。



サイフォン式

ガラス製のフラスコとロートを使ってコーヒーを抽出する方法です。熱されたお湯が上部に上り、コーヒー粉と混ざり合い抽出される仕組みになっています。
使い方は難しくありませんが、ガラス製のため取り扱いに注意しましょう。



直火式エスプレッソ

イタリアでは「モカ」と呼ばれ親しまれています。
二層に分かれた部分にお湯と粉を分けて入れ、
沸騰したお湯が粉と混ざり合いポットに噴出する抽出方法です。
深煎りの豆を粗びきで使用しましょう。



03 ラテアート

ラテアートとは

ラテアートとは、カフェラテやカプチーノなどの表面にあるフォームミルク（泡立てられたミルク）の表面にハートなどの模様を描くことを指します。

中でも、フォームミルクを注ぎながら模様を描いていくことをフリーポアといい、難易度の高いものです。これを習得するには練習が必要です。

もう一つは、爪楊枝などを使って模様を書いていくデザインカプチーノがあります。こちらは比較的簡単にできるため初心者でも習得しやすいです。



クレマの役割

エスプレッソ表面に浮かぶ細かい泡の層のことを指します。ブラウン色のクレマは、エスプレッソの香りを閉じ込めておくことができる役割があります。

クレマの層が厚く、きめ細かい泡ができたエスプレッソは美味しいエスプレッソの証拠であり、砂糖を加えても崩れず、ゆっくりと馴染んでいきます。



サイフォンで淹れるメリット・デメリット

メリット

見た目にオシャレなことはもちろんたくさん並べることで「手作り」の雰囲気を出すことが可能です。

また、見た目ほど難しくないので、工程をしっかり覚えれば簡単に本格的なコーヒーを淹れることが可能です。

また、サイフォンで淹れたコーヒーは香り高く、コーヒー豆の香りを存分に活かしてくれます。サイフォンで淹れる最大の魅力かもしれません。

デメリット

サイフォンの器具はガラスでできているため、壊れやすく繊細です。

また、各部品の手入れに手間がかかります。

特にフィルターは目詰まりを起こすと、コーヒーに苦味がでてしまうため、丁寧な手入れが必要になります。フィルターは布製のものがないとされていますが、紙フィルターも販売されているので用途に応じて使い分けましょう。

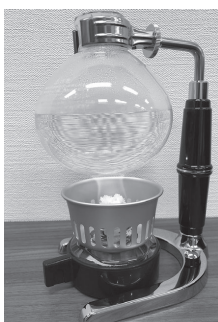
サイフォンの淹れ方

準備

サイフォンに必要な部品



ロート (上部)



フラスコ (下部)
スタンド



フィルター



ろ過器



アルコールランプなどの熱源



ヘラ