

Ogo Kaffee-Fibel

Wissenswertes rund
um das wertvolle
Naturprodukt Kaffee



Neue Ausgabe

Kaffee aus Bremen **Jungborn**[®]
Freude schenken & genießen



Irmgard Bremermann
Produktberaterin
Versandhaus Jungborn GmbH

Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen in der weiten Welt des Kaffees. In der Welt jenes höchsten Genusses, der uns schon seit vielen Jahrtausenden begleitet und heute wie damals ein Symbol für Geselligkeit und Lebensfreude darstellt.

Mit viel Freude haben wir diese Broschüre mit vielen Infos rund um das wertvolle Naturprodukt Kaffee für Sie zusammengestellt.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen

I. Bremermann

Irmgard Bremermann

PS: Ich freue mich, wenn Sie die informative Fibel nach dem Lesen auch an Freunde und Bekannte weitergeben.

Inhaltsverzeichnis

- Kaffee, wo kommt er her S. 3
- Kaffee aus Bremen S. 4
- Die Kaffeeblüte S. 6
- V. d. Bohne z. Kaffeegenuss S. 6
- Die Kaffeegewinnung S. 7
- Die Bohne als Chemielabor S. 11
- Das „Verwöhn-Aroma“ S. 11
- Inhaltsstoffe u. Wirkungsweise S. 12
- Sieben Kaffeegeheimnisse S. 16
- Die goldenen Kaffeeregeln S. 17
- Ein kleines Kaffee-ABC S. 17
- Kaffe Zubereitung S. 23
- Die Kaffeessorten S. 24



Kaffee, wo kommt er her?

Kaffee - von Äthiopien nach Europa

Über die Entdeckung der anregenden Wirkung des Kaffees existieren viele Legenden. So soll **äthiopischen Nomaden** aufgefallen sein, dass ihre Ziegen und Kamele nach dem Verzehr bestimmter Beeren besonders lebhaft herumsprangen.

- Mönche -

Eine andere Legende erzählt von **Mönchen**, die die Früchte des Kaffeestrauchs kosteten. Von dem bitteren Geschmack enttäuscht, warfen sie die Früchte ins Feuer, woraufhin sich ein köstlicher Duft verbreitete. Neugierig kochten die Mönche aus den nun gerösteten Bohnen einen **Aufguss**, der ihnen gut mundete. Auch priesen sie ihn als **Geschenk Gottes**, da er ihnen half, während des Gebets wach zu bleiben.

- Hafen Mocha -

Von **Äthiopien** gelangte der Kaffee vermutlich durch arabische Sklavenhändler über den jemenitischen Hafen Mocha nach Arabien und von dort nach Europa.

- Anbauggebiete -

Heute wird Kaffee praktisch überall rund um den **Äquator** angebaut. Die bei uns erhältlichen Kaffeesorten sind Mischungen aus den Anbaugebieten: **Kolumbien, Guatemala, Nicaragua, Brasilien, Kenia, Äthiopien und Tansania.**



Kaffeeblüten
in voller Pracht



Kaffeepflückerin

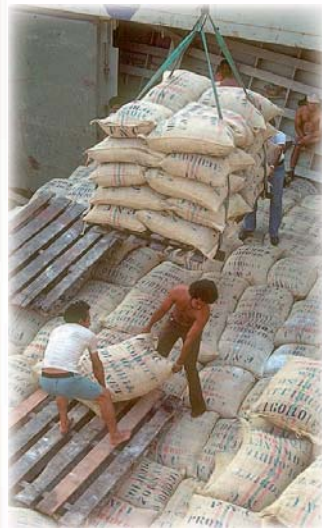


Nur die Bohnen höchster Qualität
kommen in die Tasse!

Spitzen-Kaffee aus Bremen

Venezianische Händler brachten den Kaffee Anfang des 17. Jahrhunderts nach **Italien**. Von da kam er über England und Frankreich um 1670 nach **Deutschland**.

Die erste **Bremer Konzession** für ein Kaffeehaus wurde 1673 erteilt. Das war gleichzeitig die **erste Kaffee-stube Deutschlands**. Daraufhin folgten dann viele andere.



Kaffee bei der Verschiffung

Ogo Kaffee, Bremen

Berthold Goedeke gründete am **13. August 1928** die Ogo-Kaffeerösterei in der „Kaufmannsstadt“ Bremen und begann mit dem Versand von „**Ogo röstfrischem Kaffee aus Bremen**“. Sein Ziel war es, den Menschen den Genuss von Kaffee zu ermöglichen und ihnen Anregung und Entspannung zu verschaffen. Die Bestellliste mit Kaffee, Tee, Kakao und Gebäck war schon damals beachtlich.



Der Ogo-Kaffeeverkoster,
Werbung aus den 60er Jahren



Qualitätsprüfung des Rohkaffees

Höchster Qualitätsstandard

Warum schmeckt unser Kaffee seit über **80 Jahren so gut wie in der Gastronomie?**

Unser Geheimnis ist die Sicherung unserer **hohen Qualitätsstandards**. Das Ziel ist es bereits seit über 80 Jahren, dass Ihre Tasse Kaffee zu Hause genauso gut schmeckt, wie in Ihrem Lieblings-Café.

So kaufen wir nicht nur die **besten Arabica-Bohnen** entlang des Äquatorialgürtels ein, sondern legen auch bei der Weiterverarbeitung nach der Ernte Wert auf **höchste Qualitätsstandards**.

Damit erhält unser Kaffee immer einen besonders vollen und **einzigartigen Geschmack**.

Überzeugen Sie sich selbst und probieren Sie das wunderbare Aroma unseres exklusiven Kaffees.

Die Ogo Kaffee-Experten garantieren:



- ✓ **Ausgewählte Kaffeebohnen aus den besten Anbaugebieten.**
- ✓ **Extra schonende Röstung nach traditioneller Art.**
- ✓ **Hervorragende Bekömmlichkeit.**
- ✓ **Frisch abgefüllt im Aromaschutz-Verfahren.**
- ✓ **Hoher Qualitätsstandard durch ständige Kontrollen.**



Das Ogo-Schon-Röstverfahren

Guter Geschmack braucht Zeit.

Je länger die Bohnen geröstet werden, desto mehr Aromen können sich entfalten.

Lange Röstzeiten machen den Kaffee außerdem bekömmlicher.

Der echte Ogo-Kaffee wird deshalb seit Generationen **langsam und schonend geröstet** – ein Verfahren, das nur noch **2 % der Kaffeeröstereien in Deutschland anwenden**.

Die Kaffeoblüte

Die Kaffeepflanzen präparieren sich nach der Ernte ab Februar für die **neue Blüte** in den Anbaugebieten zwischen den Wendekreisen in Höhen von etwa 600 bis 1200 m.

Ende April, Anfang Mai sind die Blüten ausgebildet, aber noch geschlossen, wenn die ersten starken **tropischen Regenschauer** niedergehen und das Regenwasser ca. 20 bis 30 cm in den Boden eindringt, öffnen sich die Knospen.

Die Blüten brechen bei ausreichend Regen ca. 8 Tage später auf. Ein herrlicher Anblick bereitet sich für wenige Tage auf der Plantage aus. Insekten, welche man sonst nicht sieht, werden von der **weißen Blütenpracht** angelockt.

Nicht immer kommen alle Blüten gleichzeitig zum Blühen. Oft gibt es Pflanzen, die Blüten, rote und grüne Kirschen zum gleichen Zeitpunkt tragen. Innerhalb von 9 Monaten entstehen aus den Blüten die reifen roten **Kaffeekirschen**.



Kaffeoblüten



Rohkaffee

Von der Bohne zum Kaffeegenuss

Die beiden wichtigsten Arten des Kaffeegewächses sind **Coffea Arabica**, **Coffea canephora**, auch **Robusta** genannt.

Die Arabica-Art stammt ursprünglich aus dem **äthiopischen Hochland** und liefert die wichtigste und **qualitativ hochwertigste Kaffeebohne**. Robusta stammt aus **Uganda** und wurde erst 1860 entdeckt. Robusta ist schnellwüchsiger, ertragreicher und widerstandsfähiger als die Arabica-Sorte. Allerdings ist ihre Bohne weniger aromatisch.

Die Kaffeegewinnung

- Die Ernte -

Am Anfang der Kaffeegewinnung steht die Ernte der **Kaffeekirschen**. Die Haupterntezeit liegt zwischen Dezember und März. In Äquatorialregionen kann sie jedoch auch zweimal jährlich stattfinden.

Es wird zwischen zwei Arten der Ernte unterschieden: Bei der „**Picking-Methode**“, die den qualitativ hochwertigsten Kaffee hervorbringt, werden nur die roten gesunden Kaffeekirschen gepflückt. Grüne hingegen bleiben zur weiteren Reifung am Strauch.

Die andere Methode ist die „**Stripping-Methode**“, die auch als „**Kaffeemelken**“ bezeichnet wird. Hierbei wird so lange gewartet, bis die Mehrzahl der Kaffeekirschen rot sind. Dann werden alle Früchte eines Zweiges mit einer Art Kamm abgestreift.

Diese Methode bedarf der sorgfältigen nachträglichen Kontrolle. Aufgrund der hohen Geschwindigkeit werden jedoch des öfteren qualitätsmindernde Kirschen übersehen. Dieses spiegelt sich auch im Preis des Endproduktes wider.



Kaffeernernte



Bohnen zum Trocknen ausgebreitet

- Die Trocknung -

Nach der Ernte müssen die Kaffeebohnen möglichst schnell aus den Kirschen herausgelöst werden, da diese wasser- und zuckerhaltig sind und schimmeln würden. Anschließend werden die Bohnen gereinigt, sortiert und getrocknet. Auch hier gibt es zwei Verfahren: das **Trocken-** und das **Nassverfahren**.

Das **Trockenverfahren** kann nur in Gebieten mit ausreichend **trockenem Klima** stattfinden. Die Kaffeekirschen werden ausgebreitet und ständig gewendet, bis sie komplett ausgetrocknet sind. Nach **2-3 Wochen** können die Bohnen dann mittels Schälmaschinen aus ihren Gehäusen gelöst werden.



Die Kaffeegewinnung

Beim **Nassverfahren** reinigt fließendes Wasser die Kaffeekirschen und sortiert reife und unreife Früchte auseinander. Die unreifen schwimmen dann auf der Oberfläche. Das **Fruchtfleisch** quillt bei diesem Prozess auf und wird dann vom sogenannten Pulper von den Bohnen gequetscht. In ein- bis zweitägigen Gärprozessen löst sich das restliche Fruchtfleisch von den Bohnen, die in großen Bottichen aufbewahrt werden. Anschließend werden die Bohnen erneut gewaschen, bis auch der letzte Rest Fruchtfleisch entfernt ist. Daraufhin trocknen die Bohnen noch für kurze Zeit.



Kaffeekirschen

- Die Auslese -

Die Auslese ist bei der Kaffeeproduktion ein ständiger Prozess, da Kaffeekäfer, einzelne gärende oder unreife Bohnen einen großen Teil der Ernte ungenießbar machen können.

Es wird zwischen **Handauslese** und **Auslese durch Sortiermaschinen** unterschieden. Dann folgt noch eine Kontrolle durch Bohnenkontrolleure. Nach der Auslese werden die Bohnen dann nach Größe und Farbe sortiert und in Säcke zu je 60 kg zur Verschiffung verpackt.



Kaffeekirsche mit aufgequollenem Fruchtfleisch

Dieses Verfahren ist nicht nur teurer aufgrund des hohen Wasserbedarfs, sondern auch **aromaschonender**. Eine dünne Pergament- und Silberhaut, die die getrockneten Bohnen umhüllt, wird mit einer Schälmaschine entfernt. Die Bohnen gelangen nun weiter zur **Auslese**.



Parade der Kaffeebohnen.

Jede einzelne Bohne — Millionen sind es täglich zusammen — muß vor den Augen der vielen, ganz in weiß gekleideten Ogo-Mädchen, die an eigene dafür konstruierten Verlesemaschinen sitzen, Revue passieren. Die guten Bohnen werden von keiner Menschen Hand berührt. Teilnehmend selber wie die Mädchen selbst ist auch ihre Arbeit. Jede Frucht und Fehlbohne wird sicher vor den geschulten Augen erkannt, flinke Hände greifen sie heraus. Deshalb schmeckt der Ogo-Kaffee immer so rein und fein.

Ogo-Werbung aus den 30er Jahren

Die Kaffeegewinnung

- Von der Bohne in die Tasse -

Die rohe, getrocknete Kaffeebohne ist für den Menschen ein unattraktives Produkt. Sie enthält zwar den begehrten **Aufputzter Koffein**, aber kaum nennenswerte Aromastoffe. Erst durch das **Rösten** wird sie zu dem veredelt, was man Kaffee nennt. Rösten heißt: ohne Zusatz von Wasser erhitzen. Die Bohne muss dabei Temperaturen von ca. **250°C** erreichen, damit die chemischen Prozesse ablaufen können, die das Aroma erzeugen.

Im Grunde ist das Rösten von Kaffeebohnen ähnlich wie Kuchen backen oder Fleisch braten.

Es kommt darauf an, die **richtigen Temperaturen** zu erzeugen und zum **richtigen Zeitpunkt** den Prozess zu stoppen. Kaffeebohnen werden heute in speziell dafür entwickelten Anlagen geröstet. Diese erlauben eine perfekte, in Industrieanlagen oft elektronische Kontrolle von **Zeit und Temperatur**. An der Farbe der Bohne kann allerdings ein erfahrener Röstmeister schon mit bloßem Auge erkennen, wann die Bohnen fertig sind. Vom käsig gelben der rohen Frucht muss sich die Farbe zu einem kräftigen, dunklen Braun verändert haben.

Was kostet Qualitäts-Kaffee?

SCHON GEWUSST?

Eine Tasse unserer exklusiven Kaffees kostet etwa 15 Cent! Daher: Gönnen Sie sich ruhig öfter mal etwas Gutes! Es gibt keinen Grund, schlechten Kaffee zu trinken, denn: pro Tasse sind die Ersparnisse schwindend gering.





Die Kaffeegewinnung

- Die Röstung -

Der Vorgang des Röstens besteht aus drei Arbeitsschritten: **Füllen, Rösten und Kühlen.**

Die Bohnen werden in eine beheizbare Trommel eingefüllt, in der sie in durchschnittlich 5-6 Minuten auf bis zu 250°C erhitzt werden. Damit eine **gleichmäßige Erwärmung** gewährleistet ist, rotiert im Inneren der Trommel ein spiralförmiges Schaufelwerk, das die Füllung permanent umrührt. Sind die Bohnen fertig, müssen sie zügig abgekühlt werden, um die im Inneren in Gang gesetzten **chemischen Prozesse** zu stoppen. Dies geschieht meist auf einem gut durchlüfteten Sieb, auf dem wiederum eine rotierende Schaufel für **gute Durchmischung** sorgt. Damit der Kaffee sein **volles Aroma** entfalten kann, muss er gemahlen werden.

Frisch geröstet und gemahlen schmeckt er am besten. Entscheidend hierbei ist der Mahlgrad: Umso feiner die Bohnen gemahlen sind, umso stärker lösen sich die Inhaltsstoffe aus ihnen heraus. Da Kaffee nach dem Mahlen sehr schnell sein Aroma verliert, ist es wichtig ihn danach umgehend **luftdicht** zu verpacken.



Vor der Abfüllung werden die frisch gerösteten Bohnen genau geprüft

Ihr Kaffee ohne Aromaverlust!

Die Ogo-Aromaschutz-Verpackung

Unsere Kaffees werden in einem besonderen **Aromaschutz-Verfahren** abgefüllt, bei dem der Kaffee nicht mit Sauerstoff, dem größten Feind des Kaffees, in Verbindung kommt. So kommt **Ihr Kaffee ohne Aromaverlust in die Packung!**

**SCHON
GEWUSST?**



Die Bohne als Chemielabor

Neben dem **Farbwechsel** von Gelb nach Braun, kann man von außen noch zwei deutliche Veränderungen beobachten: Das **Gewicht** der Bohnen nimmt ab und ihr **Volumen** zu. Bei solch hohen Temperaturen **verdampft** natürlich ein Großteil des Wassers aus der Rohbohne. Eine Reihe von anderen Substanzen wird durch die Erhitzung ebenfalls **flüchtig** und kann der Bohne entströmen. Warum aber wird sie beim Rösten größer? Um dieses Rätsel aufzuklären, muss man einen Blick durch das **Mikroskop** wagen, denn das wahre „Drama“ spielt sich in der Bohne ab.



Kaffeebohnen vor und nach der Röstung

Das Innere der Bohne ist ein **solider Zellverband**. Jede der Zellen ist durch ihre Zellwand von der nächsten getrennt, jede Zelle ist im Grunde genommen eine dicht abgeschlossene Kammer. In diesen Kammern sind die Substanzen, die sich beim Rösten verändern und miteinander reagieren. Jede Zelle ist ein eigenes **kleines Chemielabor**, und durch die starke Erwärmung, wird sie regelrecht zum Reaktor.

Das „Verwöhn-Aroma“

Neben seinem Ruf als Muntermacher sind **Duft und Aroma** der Hauptgrund für die Beliebtheit des Kaffees. Die Aromastoffe, die beim Rösten in der Bohne entstehen, werden beim Mahlen und Kochen freigesetzt.

Was das **Aroma** chemisch gesehen ist, versuchen Forscher schon seit vielen Jahren herauszufinden. Jedoch ist erst 1995 die **vollständige Entschlüsselung** aller Aromageruchsstoffe gelungen. Lange glaubte man, dass hinter dem Kaffeearoma - wie bei vielen anderen pflanzlichen Nahrungsmitteln - nur ein dominierender Aromastoff steckt. Inzwischen fand man heraus, dass Kaffee mit **mehr als 1000 Aromastoffen** eines der aromareichsten Nahrungsmittel ist. Allerdings weiß man auch, dass nur etwa **25 Aromastoffe** den Kaffee zu dem machen, was er ist. Einige dieser Substanzen kommen in extrem geringen Spuren vor: Ihre Konzentration entspricht der Verteilung von einer Tasse dieser Substanz im Bodensee.



Frisch gebrühter Kaffee

Kaffee - seine Inhaltsstoffe und Wirkungsweise

Kaffee wird allgemein häufig als „**Muntermacher**“ bezeichnet und diesem Ruf wird er auch durchaus gerecht. Er bringt den Körper in Gang, fördert die **Durchblutung** des **Großhirns** und die **Herzfunktion**, steigert den **Blutdruck** und die **Körpertemperatur**, aktiviert das **zentrale Nervensystem**, stimuliert die **Atmung** und regt die **Verdauung** an. Diese aufmunternde Wirkung verdankt er dem **Koffein**, das zudem **schlafhemmend** und **antidepressiv** wirkt. Es blockiert die Wirkung des schlafördernden Botenstoffes **Adenosin**.

- Inhaltsstoffe -

Kaffee besteht aus ca. **1.000 Inhaltsstoffen**, von denen ca. 800 bekannt sind. Sie können in **Kohlenhydrate**, **Wasser**, **Fettstoff**, **Säuren**, **Eiweißstoffe**, **Alkaloide**, **Mineralstoffe** und **Aromastoffe** unterteilt werden.



Kaffeestrauch

- Wirkungsweise -

Ernährungswissenschaft und Medizin kommen aufgrund folgender Erkenntnisse zu dem Schluss, dass Kaffee ein Genuss ohne Reue sein kann:

- ✓ In Maßen ist **Koffein** für gesunde Menschen völlig unbedenklich.
- ✓ **Aufmerksamkeit, Vitalität und Konzentration** steigen nach dem Konsum einer Tasse Kaffees.
- ✓ **Gute Laune** und Stimmung werden gefördert.
- ✓ Eine **Suchtgefahr** aus medizinischer Sicht geht von Kaffee nicht aus.
- ✓ Dass Kaffee und Koffein das Risiko für koronare Herzkrankheiten, Herzrhythmusstörungen und Herzinfarkt erhöhen und die Bildung von Bluthochdruck beeinflussen, kann in das **Reich der Mythen** verwiesen werden.
- ✓ **Blutfette** und damit der **Cholesterinspiegel** bleiben beim Genuss von gefiltertem Kaffee unbeeinflusst.
- ✓ Kaffee scheint das Risiko von **Dickdarm- oder Leberkrebserkrankungen** zu verringern.
- ✓ Das **Osteoporose-Risiko** steigt durch maßvollen Genuss nicht an.

Kaffee - seine Inhaltsstoffe und Wirkungsweise

- Kaffee und Gesundheit -

Kaffee ist nach Wasser das am **häufigsten getrunkene Getränk** weltweit. Schon seit über 1.000 Jahren lieben die Menschen dieses einzigartige Getränk mit seinem intensiven Duft und Aroma, sowie vor allem wegen seiner **angenehmen und belebenden Wirkung**. Gleichwohl streiten sich seit jeher die Geister über dessen mögliche unerwünschte Eigenschaften.

Heute belegen zahlreiche Studien, dass Kaffee in Maßen genossen (4-5 Tassen pro Tag) nicht nur gesundheitlich unbedenklich ist, sondern sogar **gesundheitsfördernde Eigenschaften** besitzt.

✓ Die durch das Koffein geförderte Produktion des Nervenbotenstoffes Dopamin soll eine **parkinsonhemmende Wirkung** haben und auch den Ausbruch der Alzheimerkrankheit verzögern.

✓ Bei **Bronchialasthmatikern** können die Erkrankungssymptome gelindert werden.

✓ Das Risiko **Gallensteine** zu bekommen, verringert sich bei bis zu 4 Tassen Kaffee pro Tag um ca. 25%.

✓ Auch eine Diät kann Kaffee unterstützen, da er selbst **keine Kalorien** liefert und den Kalorienverbrauch fördert.

✓ Durch die **vermehrte Fettverbrennung** wird dem Körper mehr Energie bereitgestellt, wodurch die sportliche Leistungsfähigkeit verbessert wird.

✓ Auch unwahr ist, dass Koffein zu **Hyperaktivität** bei Jugendlichen führt. Eher richtig ist, dass Konzentration und Leistungsfähigkeit gesteigert werden.



Kaffeeflüten



Kaffee und seine Inhaltstoffe und Wirkungsweise

- Koffein -

Die Wirkung des Koffeins erstreckt sich zunächst auf das **zentrale Nervensystem**, von dort aus sind dann viele Funktionen des Körpers betroffen. So regt Koffein die **Herztätigkeit** an, **steigert Blutdruck** und **Körpertemperatur**, stimuliert die **Muskeltätigkeit**, erweitert **Bronchien** und **Blutgefäße**, regt die **Verdauung** an und führt zu vermehrtem **Wasserlassen**. Normalerweise beginnt das Koffein nach 30-45 Minuten im Körper zu wirken, nach 1,5 Stunden ist die maximale Konzentration erreicht. Allerdings ist die Stärke der Wirkung **abhängig von individuellen Faktoren**, so z.B. vom Stoffwechsel des Konsumenten.

Wer von Natur aus einen **schnellen Stoffwechsel** hat, baut auch Koffein schneller ab. Schwere Menschen verarbeiten Koffein meist etwas langsamer als leichtgewichtige; ältere Menschen sind

empfindlicher als junge. Schwangere und Frauen, die die Pille nehmen, bauen Koffein etwas langsamer ab; Raucher schneller.

Ein wenig Koffein und bei den meisten Menschen verschwinden **Abgespanntheit, Müdigkeit und Konzentrationschwäche**. Die **Aufmerksamkeit** wird erhöht, die **Konzentrationsfähigkeit** nimmt wieder zu, die **Stimmung steigt**.

Wer zulange zu viel Koffein zu sich nimmt, erreicht allerdings das **Gegenteil**. Man wird weniger stark angeregt und hat meist auch **keine Einschlafprobleme**, wenn man noch spät abends ein Tässchen trinkt.

Koffein gilt als eine Substanz, die die **Leistung** steigert. Aber es steigert nicht die Intelligenz, sondern nur diese indirekten Faktoren **Stimmung, Konzentration und Aufmerksamkeit**.



Sieben Kaffeegeheimnisse

1. Stimmt es, dass Kaffee nüchtern macht?

Diese beliebte **Illusion** muss leider aufgegeben werden. Kaffee hilft keineswegs, den Alkohol schneller abzubauen. Aber **Kaffee hebt die Stimmung, verbessert die Konzentration und wirkt überhaupt anregend** - man spürt für kurze Zeit die Wirkung des Alkohols nicht mehr.

3. Vertragen Kinder Koffein schlechter als Erwachsene?

Nein! In Versuchen wurde festgestellt, dass Kinder (aber nicht Säuglinge!) Koffein genauso gut abbauen wie Erwachsene und auch keine anderen oder stärkeren Wirkungen zu befürchten haben. Kinder lehnen Kaffee aber oft von sich aus wegen des bitteren Geschmacks ab.



Ein beliebter Treffpunkt - das Kaffeehaus

2. Trinken Raucher mehr Kaffee als Nichtraucher?

Ja! Dafür gibt es nicht nur einen psychosozialen Grund („Gemütlichkeit“, Kaffeepause = Zigarettenpause), sondern auch einen physiologischen: Nikotin beschleunigt den Abbau von Koffein um mehr als das Doppelte! Deshalb können Raucher allgemein mehr Koffein vertragen.

4. Wussten Sie, dass Kaffee ein Dopingmittel ist?

In den letzten Jahren wurden mehrmals Sportler in der Dopingkontrolle auffällig, weil sie vor dem Start zu viel Kaffee getrunken hatten. Zwar hat das Internationale Olympische Komitee Koffein von der Liste der Dopingmittel gestrichen, doch bei den Leichtathleten gilt ein noch kritischer Grenzwert.

Sieben Kaffeegeheimnisse

5. Kaffee gibt uns Energie

Kaffee muntert uns auf, verbessert die Konzentration und aktiviert anscheinend das Kurzzeitgedächtnis. Dafür verantwortlich ist das Koffein. Wer aber versucht, durch ständiges Kaffeetrinken die Grenzen seines Körpers zu überwinden, der wird merken, dass nach einer gewissen Zeit ein Gewöhnungseffekt Eintritt, der Kaffee wirkt also nicht mehr. Es ist also nicht möglich, unbegrenzt wach zu bleiben oder ständig hochkonzentriert zu sein, nur weil man sich Unmengen von Kaffee in sich hineinschüttet.

6. Stimmt es, dass Kaffeetrinker ihr Gewicht besser halten können?

Stimmt bedingt! Koffein erhöht den Grundumsatz des Körpers. Es werden für dieselbe Tätigkeit oder auch in der Ruhephase mehr Kalorien verbrannt als ohne Koffein. Allerdings ist damit keine relevante Gewichtsabnahme verbunden. Koffein dämpft aber auch das Hungergefühl und wurde deshalb lange Zeit Appetitzüglern und Diätmitteln beigegeben.



Kaffee und Geselligkeit

7. Ist das Koffein im Tee bekömmlicher als im Kaffee?

Nein! Das Koffein wirkt gleich, unterschiedlich sind nur Menge und Begleitstoffe. Zunächst enthält eine Tasse Tee durchweg weniger Koffein als eine Tasse Kaffee (ca. 50 mg gegenüber ca. 80 mg). Außerdem fehlen dem Tee die magenreizenden Röststoffe des Kaffees, deswegen ist Tee auch besser bekömmlich.



Kaffeestrauch

Die goldenen Kaffeeregeln

- Die **Brühtemperatur** sollte zwischen 92°C und 96°C liegen (unter 80°C vermindert sich die Ausbeute stark, über 96°C verflüchtigen sich die Aromastoffe zu schnell).

- Die **Brühzeit** sollte 4 bis 6 Minuten betragen.

- Die **Warmhalte- und Serviertemperatur** sollte zwischen 80°C und 85°C liegen (sonst schmeckt 's wie „kalter Kaffee“).

- Sie sollten Ihre Filterkaffeebohnen bei **mittlerem Mahlgrad** und erst **kurz vor der Zubereitung** mahlen.

- Gekochten Kaffee nicht länger als **15 Minuten** in dem Behälter der Kaffeemaschine warmhalten. In der Thermoskanne ist es kein Problem.

Welchen **SCHON GEWUSST?** Mahlgrad verwendet Jungborn?

Bei **Jungborn** werden alle Kaffeesorten bei **mittlerem Mahlgrad**, der „**Filtermahlung**“, gemahlen.



Alte Sortiermaschine

Ein kleines Kaffee-ABC

Alkaloid

Stickstoffhaltige Natursubstanz, die in bestimmten Pflanzengattungen (z.B. Kaffee, Tee, Kakao) vorkommen.

Aufbereitung

Verarbeitungsschritte nach der Kaffee-Ernte, bei der die Kaffeesamen (Kaffeebohnen) von Fruchtfleisch (Pulpe), Pergamenthülle und Silberhäutchen befreit werden. Unterschieden wird zwischen Trocken- und Nassaufbereitung. Auch das Sortieren und Polieren gehört zur Aufbereitung, d.h. zur Herstellung, des Rohkaffees.

Bitterstoffe

Bitterstoffe gehören in unterschiedlichen Konzentrationen zu den Bestandteilen jedes Röstkaffees. Sie gelangen bei der Extraktion in das Getränk oder treten bei zu langem Warmhalten hervor. Bei reizstoffarmen Kaffees werden die Anteile der Reiz- und Bitterstoffe im Rahmen der Veredelung reduziert.



Kaffee bei der Aufbereitung

Ein kleines Kaffee-ABC

Blending

Das Mischen von Kaffees unterschiedlicher Sorten, Provenienzen oder Röstgrade.

Cappuccino

Italienische Kaffeespezialität: Ein frisch gebrühter Espresso (25-30 ml), der in einer großen Tasse (180-200 ml) zubereitet wird. Danach wird bis zum Tassenrand mit frisch aufgeschäumter Milch aufgefüllt und eine Prise echter Kakao auf die Milchschaumhaube gestreut.

Chargenröstung

Röstung bestimmter Rohkaffeequantitäten unter gleichen Röstbedingungen, um für die gesamte Charge ein qualitativ einheitliches Endresultat zu gewährleisten.

Coffea Arabica

Überwiegend im Hochland angebaute Kaffeeart, auf die fast 70% der Weltkaffeeproduktion entfällt.

Welche Kaffeearten führt Jungborn?

Jungborn führt ausschließlich „Coffea Arabica“, die am meisten verbreitete und qualitativ hochwertigste Art. Sie stammt ursprünglich aus dem äthiopischen Hochland.



Coffea Canephora

(Robusta): Gegen Krankheiten/Schädlinge resistente, jedoch kälteempfindliche Kaffeeart. Anbau vorwiegend in geringen Höhenlagen/im Flachland, Anteil an der Weltkaffeeproduktion fast 30%.

Crema

Die unter anderem für guten Espresso typische haselnussbraune Schaumdecke, die das Getränk bedeckt.

Darreichungsform

Die Konsistenz, in der der Röstkaffee als Endprodukt ins Regal gelangt, z.B. ganze Bohne, gemahlener Kaffee, gefriergetrockneter Kaffee oder Instant-Kaffeepulver.

Druck

Unerlässlich für die ausreichende Extraktion bei der Espresso-Zubereitung: Das heiße Wasser schießt mit mindestens 9 bar Druck durch das Espressomehl.

**SCHON
GEWUSST?**

Ein kleines Kaffee-ABC

Einbrand(verlust)

Bezeichnung für den Gewichtsverlust des Rohkaffees bei der Röstung (beträgt bis zu 20%).

Espresso

Geschmacksintensive, typisch italienische Kaffeespezialität. Die Basis sind besonders dunkel geröstete Kaffeebohnen und ein kurzer Brühvorgang unter hohem Druck.

Extraktion

Das Herauslösen der Geschmacks- und Aromastoffe aus dem Kaffeemehl durch heißes Wasser (Brühvorgang).

Fermentation

Arbeitsschritt der Nassaufbereitung der Kaffeekirschen, bei der die noch von der Pergamenthülle umgebenen Kaffeebohnen in großen Wasserbecken schwimmen.

Gerbsäure

Eine von mehr als 83 im Rohkaffee nachgewiesenen Säuren.

Handhebelmaschine

Espressomaschinen der gehobenen Preiskategorie, bei der der Druck beim Brühvorgang mittels Handhebel manuell gesteuert wird.

Intant-Kaffee

Pulverisierter Röstkaffee, der mit heißem Wasser zubereitet werden kann.

Italienische Röstung

Der dunkelste der 5 „klassischen“ Röstgrade, auch als Espresso-Röstung bezeichnet. Resultat sind Kaffees mit eher bitterem oder leicht süßlichem Geschmack und relativ geringem Säuregehalt.

Java

Neben Ceylon, Sumatra, Bali, Timor und Celebes gehörte Java zu den ersten niederländischen Kolonialgebieten, in denen der Kaffeeanbau bereits im 17. Jahrhundert systematisch vorangetrieben wurde.



Ein kleines Kaffee-ABC

Kornstärke

Die Kornstärke ergibt sich aus dem beim Mahlen der gerösteten Kaffeebohnen gewählten Mahlgrad.

Lungo

Italienische Kaffeespezialität: „Caffé lungo“ ist ein mit einem Schuss heißen Wasser „verlängerter“ Espresso.

Macchiato

Italienische Kaffeespezialität: „Caffé macchiato“ ist ein normaler Espresso, dem ein Löffel frischer Milchschaum zugegeben wird.

Mahlung

Je nach Zubereitungsart (z.B. Filterkaffee oder Espresso) sollten die Bohnen unterschiedlich fein gemahlen werden.

Nassaufbereitung

In der Regel für Arabica-Kaffees genutzte aufwendige Methode der Aufbereitung.



Aufgehende Kaffeesaat ...

Optimalbedingungen

Als optimal für die Espresso-Zubereitung gelten eine Wassertemperatur von 86-91°C und ein Extraktionsdruck von 9-15 bar.

Peptide

Zu den umfangreichen, chemischen Veränderungen bei der Röstung gehört die Zerlegung der Eiweiße der Kaffeebohne in Peptide. Diese treten bei dunkleren Röstungen als Öle an die Oberfläche der Bohne.

Picking

Selektive Erntemethode, bei der von Hand nur die jeweils reifen Kaffeekirschen vom Kaffeestrauch gepflückt werden.

Pulpe

Die Fruchthülle der Kaffeefrucht, von der die Samen (Kaffeebohnen) im Rahmen der Aufbereitung beim so genannten „Entpulpen“ befreit werden.



... die ersten Blätter ...

Ein kleines Kaffee-ABC

Qualitäten

Unterschiedliche Kaffeequalitäten ergeben sich aus dem komplexen Zusammenspiel von Rohkaffee-Qualität.

Röstgrade

Je nach Dauer und Temperatur des Röstvorgangs werden in den Röstereien Kaffees unterschiedlicher Röstgrade - von hell bis dunkel - hergestellt.

Röststraße

Bezeichnung für industrielle „fließbandähnliche“ Röstanlagen, die eine computergesteuerte, weitgehend automatisierte Kaffeeröstung (mit meist sehr kurzer Röstzeit) ermöglichen.

Röstung

Der wichtigste Schritt der Kaffeeveredelung, bei dem sich die Rohkaffee-Bohne chemisch vollständig verändert und das für Röstkaffee typische Aroma entsteht.



... nach einiger Zeit ...

Serving

Tassenweise vorportioniertes Espresso in einer aromatischen Einzelverpackung. Das manuelle Dosieren des Kaffeemehls entfällt hierdurch.

Stripping

Erntemethode, bei der mit speziellen „Kämmen“ alle Kaffeekirschen (reife, unreife und überreife Früchte) von den Kaffeesträuchern abgestreift werden.

Trommelröstung

Klassisches Röstverfahren, bei dem kleinere Mengen Rohkaffees in einer von außen erhitzten Trommel ca. 6-30 Minuten bei starker Hitze geröstet und mit Luft schonend abgekühlt werden.



... Genuss pur ...

Ein kleines Kaffee-ABC

Turboröstung

In Großröstereien eingesetztes Verfahren, bei dem große Chargen Rohkaffees aus industriellen Röststraßen für ca. 3-5 Minuten bei starker Hitze geröstet und meist mit Wasser abgekühlt werden.

Unbehandelt

Unbehandelte Röstkaffees gelangen mit ihrem natürlichen Charakter in den Verkauf. Im Gegensatz dazu werden behandelte Kaffees z.B. durch Entkoffeinieren oder Entzug von Reiz- und Bitterstoffen in ihrem Ursprungscharakter verändert.

Varietät

Bezeichnung für verwandte Arten, die zu einer gemeinsamen Gattung gehören. So werden die beiden Kaffeearten Coffea Arabica und Coffea Canephora als Varietäten der Gattung Coffea bezeichnet.

Veredelung

Zur Veredelung des Rohkaffees gehören alle Verarbeitungsschritte bis zum fertigen Produkt wie z.B. Röstung, Blending, Mahlung sowie weitere Behandlungsmethoden.



Kaffeeblüten ...

Wasserhärte

Die Wasserhärte ist ein Maß für die Menge der im Wasser gelösten Mineralien, insbesondere Calcium und Magnesium. In Deutschland ist die Maßeinheit der deutsche Härtegrad (°dH). Der ideale Härtegrad für Heißgetränke beträgt 8-9 °dH. Die Wasserhärte Ihrer Wohnregion können Sie bei Ihren Wasserwerken erfragen.

Welthandelsabkommen

1962 von 50 Erzeuger- und 26 Verbraucherländern unterzeichnetes Handelsabkommen, dass die Weltkaffeeproduktion durch feste Produktionsquoten reguliert.

Zubereitungsmethoden

Im Laufe der Kaffeegeschichte wurde eine Vielzahl verschiedener Aufguss- bzw. Brühverfahren mit den entsprechenden Geräten entwickelt. Je nach Methode lassen sich aus dem Ausgangsprodukt Kaffee ganz unterschiedliche Resultate erzielen.



... und Kaffeezweige in Brasilien

Die Kaffeezubereitung - Verschiedene Methoden -

Filterkaffee

In Deutschland, aber auch in den USA und in der Schweiz am weitesten verbreitet ist der Filterkaffee. Wir kennen ihn alle: über Kaffeepulver, das sich in einer Filtertüte befindet, wird siedend heißes Wasser gegeben.

Espresso

Er wird unter anderem in Italien getrunken. Hier wird Wasser unter hohem Druck (9-15 bar) durch fein gemahlene Kaffee gepresst. Dabei bildet sich ein feiner Schaum aus Kaffeeölen, die Crema.

Türkischer Kaffee

Er wird auf dem Balkan getrunken. Für türkischen oder griechischen Kaffee wird sehr fein gemahlener Kaffee mit viel Zucker und Wasser in einem Kupferkännchen aufgekocht.

Café au lait

Die Zubereitungsarten variieren je nach Geschmack und Größe des verwendeten Trinkgefäßes. Immer mit sehr viel heißer, meist nur ein wenig aufgeschäumter Milch. Diese wird über einen verlängerten Espresso (Lungo), einen doppelten Espresso oder auch mal über starken Filterkaffee gegeben.

Kaiser Melange

Zutaten für 2 Personen:
2 Eigelb, 1/2 EL Zucker, 1/2 Tasse Sahne, 2 Tassen starker Kaffee, 2 EL Weinbrand.
Zubereitung:
Eigelb mit etwas Wasser verquirlen. Sahne langsam zugeben und dabei gut verrühren. In zwei Tassen verteilen, mit frischem Kaffee auffüllen und Weinbrand hineingeben.



Die

Ogo

Kaffeessorten in der Schmuckdose

Exklusiv bei
Jungborn

Gemahlener Kaffee ...

Ideal in der 250-g-Dose!
So genießen Sie Ihren Kaffee
immer frisch und aromatisch!

Die beliebte Schmuckdose gibt es mit
immer wechselnden Motiven. Entworfen
von der Künstlerin Dörte Pertiet aus
Verden (Aller).

Wunderschön und wiederverwendbar!



Dekorbeispiel

Ihre Ogo-Kaffeessorten in der exklusiven 250-g-Schmuckdose

Sorte	Beschreibung	Bestell-Nr.
Entkoffeinierter Kaffee 1014	Der kolumbianische Hochlandkaffee, der in einem sehr schonenden Verfahren entkoffeiniert wurde, ist von Natur aus mild. Ein reizstoff- und koffeinfreier Kaffee, der sehr gut verträglich ist.	93 018/OKF
Extra mild 1010	Feinster Kaffeegenuss mit milder, abgerundeter Fülle. Durch moderne Veredelung ist dieser Kaffee ohne Reizstoffe und somit sehr gut magenverträglich ist.	39 780/2KF
Festkaffee 12	Beliebt bei anspruchsvollen Kaffeekennern aufgrund des unvergleichlichen Aromas. Die meisterliche Röstung der sonnengetrockneten und hochfeinen Arabicas macht den Festkaffee zu einer echten Kaffee-Hochgenuss.	18 202/2KF
Naturmild 5	Feinste Mischung aus ausgesuchten Hochlandkaffees Zentralamerikas. Wegen der sorgsam und fachgerechten Betreuung der kleinen Plantagen ist diese Sorte von besonderer Güte und exquisiter Fülle im Geschmack.	49 527/5KF
Hochland Auslese 3	Ein Moment perfekten Genusses. Dieser aromatische Hochlandkaffee aus 100% feinsten Arabica-Bohnen ist vollmundig und lebendig im Geschmack. Eine Kaffee-Komposition der ganz besonderen Art.	50 123/9KF
Mokka 888	Dieser aromatische Hochlandkaffee aus 100% feinsten Arabica-Bohnen ist vollmundig und lebendig im Geschmack. Eine ganz besondere Komposition.	53 753/OKF



Unser TOP-Angebot für Sie: Das Ogo-Kaffee-Abo!

Sie möchten Ihren Ogo-Kaffee regelmäßig von uns
geliefert bekommen?

Erteilen Sie uns ein Abonnement. Monatlich, alle 2 Monate oder alle 3 Monate kommt dann Ihr
frischer Lieblingskaffee direkt zu Ihnen ins Haus.

Gute Gründe die für ein Abo sprechen:

- ✓ Sie erhalten die Ware regelmäßig direkt an die Haustür
- ✓ Änderungen und Kündigung sind täglich möglich, keine Mindestlaufzeit
- ✓ Lieferung monatlich, 2monatlich, 1/4jährlich ... ganz nach Ihrem Wunsch
- ✓ Individuelle Termine zum Monatsanfang, Monatsmitte, Monatsende
- ✓ Abolieferung ab € 25,- versandkostenfrei!

Über 3.000 Abonnenten konnten wir schon von den Vorteilen des Jungborn-Abos
überzeugen. Wann machen Sie mit? Rufen Sie uns einfach an!

Deutschland 0180 503 56 35*

Österreich 05523 52283

Wir beraten Sie gerne!

Eines der beliebtesten Kaffee-Produkte unserer Kunden!

Milde Crema Bohne, 750 g

Feinste Komposition
aus 80% Hochland
Arabica-Bohnen und
20% Robusta aus
ausgesuchten Anbau-
gebieten. 750 g Bohnen
in Aromaschutzfolie für
besten Kaffeegenuss
mit samtiger, heller
Crema. Ein Hochge-
nuss.

Bestell-Nr.
56 674/5KF

Das Beste aus den
Ernten der führenden
Anbauländer!





Das Geheimnis guten Kaffees!

Vielfalt genießen: 9 Sorten besten Geschmacks!

Die Ogo-Kaffeesorten in der
250-g-Aromaschutz-Verpackung



Sorte	250 g als ganze Bohne oder gemahlen	Bestell-Nr.
Hausmarke Meistermischung 1	Ein gehaltvoller und naturmilder Kaffee. Aus hochfeinen Arabicas nach einem alten Ogo-Hausrezept sorgsam gemischt, verleiht er Ihrer Kaffeetafel besonderen Glanz.	92 618/8KF
Extra mild 1010 	Beste Arabica-Bohnen ergeben einen magenfreundlichen Kaffee, der leicht bekömmlich ist, aber nichts von seinem wunderbaren Aroma einbüßt. Ohne Reizstoffe und durch schonende Röstung besonders veredelt.	92 724/4KF
Festkaffee 612 	Ein Fest für die Sinne. Hocharomatische Arabica-Mischung aus dem Hochland Zentralamerikas, Kolumbiens und Kenias mit feiner Säure und gefälliger Würze. Kaffeegenuss pur!	69 116/2KF
Bremer Senatoren Kaffee 6	Edle Arabicas Zentral- und Südamerikas. Ein exquisiter Genuss, den sich auch die Bremer Senatoren gönnten. Lassen Sie sich diese Spezialität nicht entgehen!	27 018/1KF
Jubiläumskaffee 80	Eine besondere Röstung aus unserem Hause zum 80jährigen Ogo-Jubiläum. Ausgesuchte 100 % Arabica-Bohnen ergeben einen Kaffee mit feierlichem Charakter ...	58 637/0KF
Rarität royal 7	100% Arabica-Bohnen aus Zentral- und Südamerika. Ein besonders aromatischer Kaffeegenuss, so wie ihn die Königshäuser lieben.	73 679/3KF
Mokka 11	Ein gehaltvoller und naturmilder Kaffee. Aus hochfeinen Arabicas nach einem alten Ogo-Hausrezept gemischt.	84 760/8KF
Entkoffeinierter Kaffee 14	Mild-aromatische Rohkaffees aus dem Hochland Zentralamerikas und Kolumbiens ergeben diesen vollmundigen aromatischen Kaffee feinsten Güte. Schonend entkoffeinert für volles Aroma und gute Verträglichkeit.	02 989/2KF
Hochland Auslese 3	Eine exquisite Mischung aus 100% feinsten Hochland-Arabica-Bohnen aus den besten Anbaugebieten der Welt. Ein vollmundig-aromatischer Kaffeegenuss, der Sie verzaubern wird.	24 213/9KF

Original Herkunftskaffee

in der Aromaschutz-Verpackung

Exklusiv bei
Jungbörn

Unvergleichliche Kaffee-Spezialitäten der Spitzenklasse. Aus vier der weltweit besten Anbauggebiete präsentieren wir Ihnen unsere „Herkunfts-Kaffee“-Serie. Denn die spezielle Herkunft dieser ausgesuchten Coffea Arabicas macht gemeinsam mit unserer schonender Veredelung ihren besonderen Charakter aus.



Sorte	200 g als ganze Bohne oder gemahlen	Bestell-Nr.
Mexico „Chiapas Maragogype“	Die Maragogype-Kaffeebohne aus der Region Chiapas in Mexico ist eine besonders edle Rarität. Die Bohnen sind um ein Drittel größer als normale Arabica-Bohnen und zeichnen sich unter Kennern durch ihren besonders säurearmen, sehr gut magenverträglichen und weichen Charakter aus. Auf diesen Spitzenkaffee schworen schon die europäischen Königshäuser.	95 259/8KF
Nicaragua „strictly high grown“ Matagalpa Hochland	Seit Generationen widmet man sich im Matagalpa Hochland in kleinbäuerlichen Betrieben mit großer Hingabe dem Kaffeeanbau. Die Top-Qualität „strictly high grown“ wächst in einer Anbauhöhe von über 1200 m, was eine wertvollere Rohkaffeebohne zur Folge hat. Der vollmundige Charakter bereitet dem Genießer ein einmaliges Geschmackserlebnis mit mittelamerikanischem Temperament.	17 025/8KF
Brasilien „Santos Grande de Mogiana“	Dieser brasilianische Spitzenkaffee kommt aus der Anbauregion Mogiana, einer der qualitativ besten weltweit. Diese großbohnlige und in der Sonne Brasiliens getrocknete Kaffeesorte hat einen gehaltvollen, milden Körper und ein weiches, unaufdringliches Aroma. Eine geschmackliche Reise an den Zuckerhut. 100% Arabica.	17 455/7KF
Ethiopia Arabica „Sidamo Grade 2“	Dieser Kaffee gedeiht im Herzen der Urheimat des Arabica-Kaffees, in den naturbelassenen Gärten der 2000 m hoch gelegenen Provinz Sidamo. Ideale Umweltbedingungen machen ihn zu einem der besten Kaffees der Welt. Der sehr gehaltvolle und besonders kräftige Geschmack wird umspielt von einer leicht würzigen Note, die im Abgang mit süßlich-fruchtigen Anklängen in Berührung kommt.	06 881/7KF

„Gemahlen“ oder „Ganze Bohne“ - wie Sie es wünschen!

