



Avec le café, éveillez tous vos sens.

Dégustation, préparation, recettes



Un plaisir depuis plus de 1000 ans.

À en croire une ancienne légende, le café aurait été découvert en Éthiopie autour de l'an 850. Au 16^e siècle, le café fut introduit en Arabie et, de là, il gagna le Caire et Istanbul, où le premier débit de café vit le jour en 1554. Ce n'est pas avant 1615 que les premiers sacs de café arrivèrent en Europe. Aujourd'hui, on savoure le café partout dans le monde.

Deux plantes.

L'arabica et le robusta sont les deux variétés de caféier qui se sont imposées entre plus de 80 variétés. Les arbustes d'arabica poussent à des altitudes situées entre 600 et 2000 m, principalement en Amérique centrale et en Amérique du Sud, mais aussi sur la côte est de l'Afrique. Le robusta se cultive jusqu'à environ 800 m d'altitude, principalement dans les régions tropicales d'Afrique et d'Asie.

Patience et soins.

Ce n'est qu'au bout de quatre ans que les pousses de caféier deviennent de jeunes arbustes et que les cultivateurs peuvent faire la première récolte, généralement assez modeste. Après la récolte, les cerises de café subissent un traitement par voie humide ou sèche, avant d'être testées puis mises en sac. C'est à ce stade que commence le voyage vers les pays consommateurs.

Commerce et consommation.

Le café se négocie aux bourses du café de Londres et de New York. Son prix varie en fonction de l'offre et de la demande, mais il est aussi soumis aux influences environnementales. Annuellement, la Suisse importe environ 98'000 tonnes de café vert. Quelque 33'000 tonnes sont réimportées sous forme de café soluble, café décaféiné ou café torréfié. La consommation nationale se chiffre donc à quelque 65'000 tonnes de café vert.

Sources photo:

Procafé, Bern
Blaser Café AG, Bern

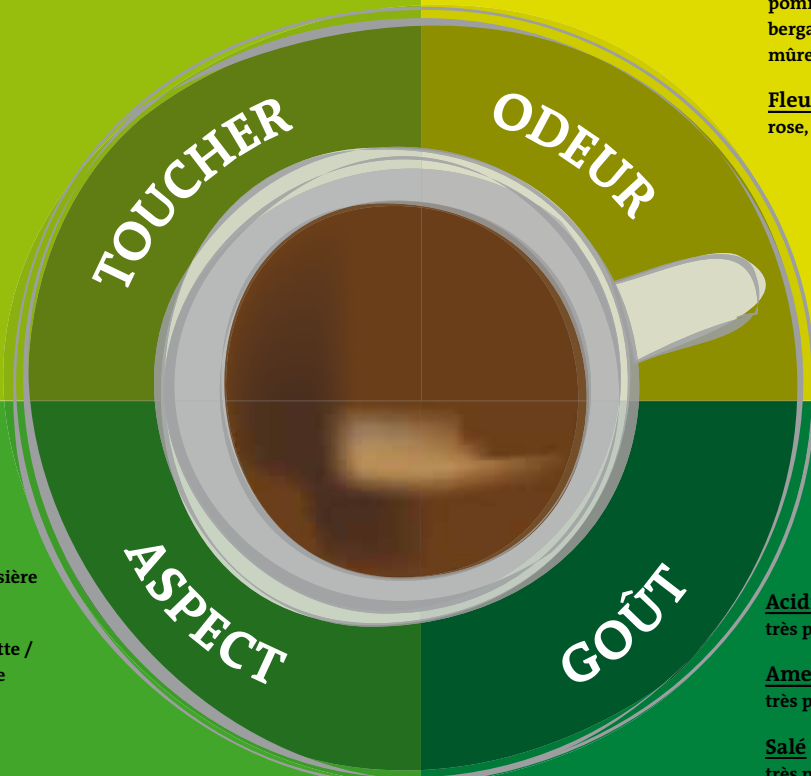
Max Havelaar-Stiftung (Schweiz), Basel
Fotostudio Jonas Spengler, Bern

De la bonne graine.

Les lèvres se posent sur la tasse. Arrivé sur la langue, le café sombre stimule les papilles gustatives: amer, salé, sucré et acide. L'arôme s'épanouit. Le café a-t-il du bouquet, un goût de caramel ou est-il épicé? Le graphique ci-dessous illustre les goûts et les arômes caractéristiques selon lesquels les professionnels de la dégustation définissent un café.

Retrouvez-vous ce goût?

Essayez vous-même et tentez de définir les arômes de votre café préféré.



Température
trop chaud / très chaud / pas assez chaud / tiède

Viscosité de la crema
très ferme / fluide mais épaisse / fluide / légère

Astringence
très prononcée / forte / faible / absente

Âcreté ou mordant
très prononcé / fort / faible / absent

Arômes de torréfaction
caramel, mélasse, chocolat noir, malt, réglisse, pain, pain grillé, tabac, goudron, cendre

Noix, graines
amande, noix, noisette, cacahuète, sésame, pignon, graines de céréales

Bois, résines
hêtre, chêne, barrique, cèdre, sapin

Fruits, baies
pomme, poire, abricot, citron, orange, bergamote, banane, cassis, framboise, mûre, myrtille

Fleurs
rose, jasmin, tournesol, lilas

Porosité de la crema
très fine / fine / aérée / grossière

Couleur de la crema
marron noir / marron noisette / marron clair / blanc jaunâtre

Dessin de la crema
uni foncé / marbré foncé / marbré clair / uni clair

Éclat de la crema
brillant / légèrement brillant / peu brillant / terne

Couleur du café
marron doré / marron / marron clair / gris

Acidité
très prononcée / forte / faible / absente

Amertume
très prononcée / forte / faible / absente

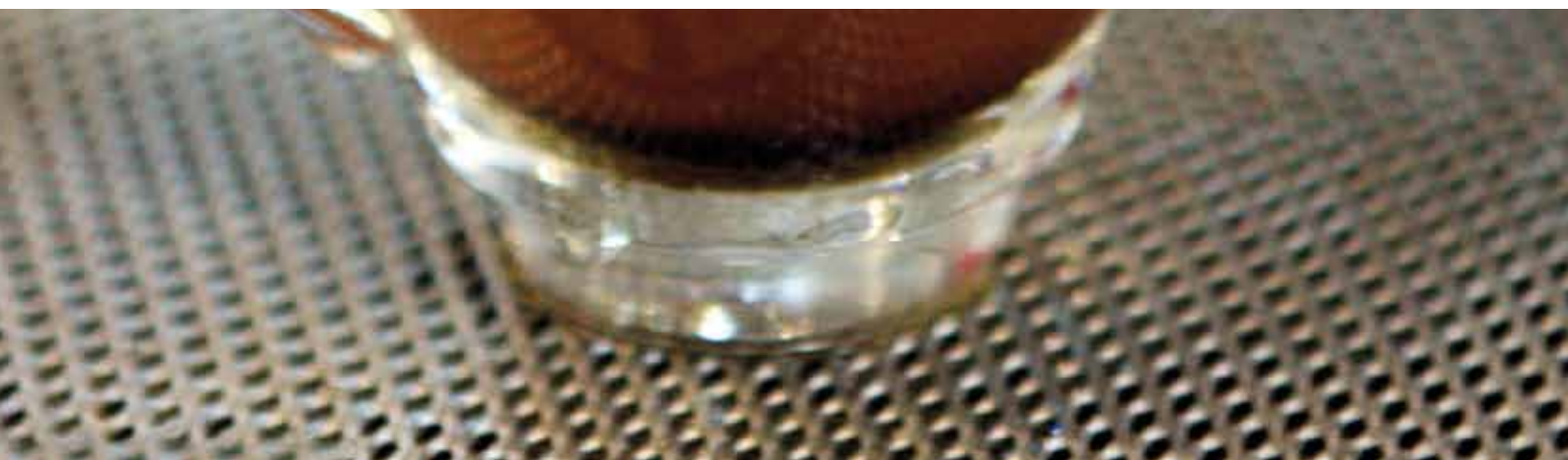
Salé
très prononcé / fort / faible / absent

Sucré
très prononcé / fort / faible / absent

Persistance
très prononcée / forte / faible / absente



Saveur douce. Crema fine.



Les modes de préparation.

Pour réussir un bon café

- Utilisez uniquement de l'eau fraîche et mise à chauffer à l'état froid (pas d'eau de chauffe-eau). La dureté idéale se situe entre 8 et 13° (dureté allemande).
- Ne préparez le café que dans des récipients propres. Nettoyez régulièrement les cafetières.
- Choisissez des récipients qui ne risquent pas de donner leur goût au café.
- Pour que le café conserve son arôme, ne le laissez pas sur une plaque chauffante. Il vaut mieux le transvaser dans un thermos ou le préparer en plus petites quantités.
- Ne passez le café au moulin que juste avant l'utilisation. Le café en grain conserve mieux son arôme que le café moulu.

Règles pratiques pour la préparation

Filtre, cafetière à filtre et cafetière à l'italienne:

- Quantité approx.: 40 g de café moulu pour un litre de café.
- Mouture: 0,3 – 0,5 mm
- Température de l'eau: 88 à 93 °C

Appareils à levier et machines semi-automatiques:

- Quantité: 6 à 10 g par tasse ou doses de café conditionnées individuellement
- Mouture: 0,2 mm au max.
- Température d'infusion: 88 – 93 °C
- Pression de l'eau: 9 à 12 bars
- Temps de passage de l'eau: 20 à 30 sec.



1 Système à capsules ou à dosettes 2 Filtre 3 Cafetière électrique 4 Cafetière pression à l'italienne 5 Cafetière à piston 6 Appareil à levier 7 Machine semi-automatique 8 Machine entièrement automatique 9 Café soluble

À chacun son café de prédilection.

Les quantités indiquées correspondent aux modes de préparation habituels en Suisse. Elles peuvent varier en fonction des types de préparation et des machines.

Cappuccino

Expresso mélangé à du lait chaud et couronné d'une couche de mousse de lait. On le saupoudre souvent d'un peu de cacao en poudre.

Préparation

1 expresso préparé, de 100 à 150 ml de lait. Verser l'expresso dans la tasse à cappuccino préchauffée et fouetter le lait froid. Porter le lait à une température inférieure à 65 °C. Remplir la tasse avec la mousse de lait. Saupoudrer de cacao en poudre.

Caffè macchiato

C'est un expresso recouvert d'une couche de mousse de lait.

Préparation

1 expresso préparé, un peu de mousse de lait. Verser l'expresso dans la tasse préchauffée et ajouter un peu de mousse de lait.

Latte macchiato

Verser le lait froid dans un grand verre, rajouter la mousse de lait chaude et remplir le verre aux deux tiers. Verser l'expresso presque goutte à goutte pour qu'il traverse lentement la mousse de lait.

Préparation

30 ml de lait froid, 150 ml de mousse de lait chaude, 1 expresso préparé.

Café crème/«Schümli»

Café le plus consommé de Suisse, il sort de la machine sur simple pression d'un bouton.

Préparation

Environ 9 g de café finement moulu, 120 à 130 ml d'eau chaude, température d'infusion de 88 à 93 °C, crème à café ou lait à volonté.

Expresso

L'expresso est au cœur de toutes les spécialités de café italiennes et de nombreuses spécialités de café suisses. On le reconnaît à sa crema (mousse) onctueuse de couleur noisette et à son dessin en rayures de tigre rougeâtres.

Préparation

7,5 à 8,5 g de café finement moulu, torréfaction expresso, env. 40 ml d'eau chaude, température d'infusion 88 à 93 °C, tasse à expresso préchauffée.

Ristretto/Caffè corto

Cet expresso «réduit» se prépare avec la moitié/les deux tiers de la quantité d'eau habituelle.

Préparation

7,5 à 8,5 g de café finement moulu, torréfaction expresso, 20 à 30 ml d'eau chaude, température d'infusion 88 à 93 °C, tasse à expresso préchauffée.



Cafés aromatisés au sirop

Les cafés qui ont une petite note particulière sont de plus en plus appréciés. Il suffit d'ajouter au café un peu de sirop et le tour est joué. Il existe de nombreux parfums de sirop, par ex. vanille, caramel, amaretto, noisette, chocolat, cannelle, pistache et bien d'autres encore.

Préparation

1 expresso préparé, 10 ml de sirop aromatisant, 200 ml de mousse de lait. Verser le sirop dans un verre, puis la mousse de lait et l'expresso, comme pour un latte.

Café mélange

Il s'agit d'une spécialité de café suisse composée d'un café préparé traditionnellement et d'une crème fouettée servie séparément.

Préparation (sans illustration)

1 tasse de café (café filtre, café crème) et env. 1 dl de crème fouettée servie dans une autre coupe.

Caffè lungo

Le caffè lungo se prépare avec plus d'eau qu'un expresso, ce qui lui donne un goût moins fort.

Préparation (sans illustration)

7,5 à 8,5 g de café grossièrement moulu, torréfaction expresso, env. 55 ml d'eau chaude, température d'infusion 88 à 93 °C, tasse à expresso préchauffée. L'expresso est allongé d'eau chaude.

Caffè latte/Café au lait

On mélange du lait, chaud ou froid, à un expresso. Le caffè latte se sert dans une grande tasse ou dans un verre.

Préparation (sans illustration)

1 expresso préparé, 75 à 100 ml de lait, 100 ml de lait chaud. Verser l'expresso dans une tasse et rajouter beaucoup de lait chaud et peu de mousse.

Café turc

La café turc se prépare avec de l'eau, du sucre et des épices (au choix cannelle, cardamome, clou de girofle ou autres) dans un petit pot (appelé ibrik ou cezve).

Préparation (sans illustration)

1 ibrik/cezve, 1 bonne cuillerée à café de poudre de moka moulu fin, 1 cuillerée à café de sucre, 1 tasse d'eau. Porter l'eau à ébullition dans l'ibrik. Ajouter le sucre et le café et remuer la décoction jusqu'à ce que la poudre se dépose au fond. Dès que le café monte, le retirer du feu. Répéter la procédure deux à trois fois. Servir le café dans la tasse en effectuant un mouvement de haut en bas pour que de la mousse se forme. Mélanger le reste d'eau au marc de café en un tour de main dans l'ibrik et le verser dans la tasse.

La couche de mousse de lait.

Les uns aiment prendre leur café noir, les autres le préfèrent avec de la crème ou du lait. Les spécialités de café préparées avec de la mousse de lait flattent le palais de plus en plus de gourmets. Mais comment obtenir une mousse de lait parfaite et sans trop de peine à la maison?

Quand est-ce que c'est trop chaud?

Pour réussir la mousse de lait, il est essentiel de trouver la bonne température. Si le lait est trop chaud, les protéines formeront la peau du lait, qu'on ne connaît que trop bien. Et sans protéines, pas de mousse. La température finale idéale se situe autour de 62 à 65 °C. Autre point important: avant d'être réchauffé, le lait doit être le plus froid possible (4 à 6 °C).

Le lait.

Plus un lait est riche en protéines, mieux il moussera. La teneur en protéines doit se situer entre 3,5 et 4 %. Que le lait soit écrémé ou entier, frais ou UHT n'est pas un facteur déterminant. Mais plus la teneur en graisses sera élevée, plus la mousse sera crémeuse.

Les mousses.

Si vous ne possédez pas de cafetière avec mousser intégré, vous pouvez recourir à de petits accessoires tels que le fouet à spirale, le pot mousser de lait ou le batteur. Spécialement conçus pour les ménages, ils sont peu encombrants et économiques.



Shake au café aux fraises marinées

Préparation pour 4 personnes

300 g de fraises
5 cuillérées à soupe de sirop à l'orange
40 g de sucre
5 dl de café fort, bien glacé
500 ml de glace à la vanille
menthe

Rincer et nettoyer les fraises. Découper les fraises en morceaux et les laisser mariner pendant 10 minutes dans le sirop à l'orange et le sucre. Passer au mixeur le café froid et la glace à la vanille. Disposer les fraises dans 4 verres évasés et les recouvrir du mélange fouetté de café et de glace. Servir garni de feuilles de menthe.



Crème brûlée au café et à l'orange

Préparation pour 4 personnes

3 dl de crème
2 dl de café fort fraîchement fait
écorce d'orange non traitée
finement râpée
1 gousse de vanille
200 g de sucre
6 jaunes d'œuf

Dans une casserole, mettre à réchauffer la crème, l'écorce d'orange, le contenu de la gousse de vanille et le café. À ébullition, retirer du feu. Mélanger les jaunes d'œuf à 125 g de sucre et les incorporer au mélange liquide chaud mais qui ne bout plus. Verser cette crème dans des ramequins résistants à la chaleur et les faire cuire au bain marie pendant environ 25 à 30 minutes, dans un four préchauffé (four à circulation d'air: 125 °C, chaleur venant du haut/bas: 150 °C). Laisser refroidir la crème, la saupoudrer du restant de sucre puis faire rapidement caraméliser sous le grill du four.



Cappuccino frappé

Préparation pour 4 personnes

2 feuilles de papier sulfurisé
2,5 dl de café très fort
75 g de sucre, 1 œuf, 3 jaunes d'œuf
5 dl de crème, 1,5 dl de lait
30 g de sucre, un peu de cacao en poudre

Couper en deux le papier sulfurisé, par la longueur, et le replier pour obtenir des bandelettes d'une largeur approximative de 4 à 5 cm. Enrouler une bandelette autour de chaque verre, de sorte qu'elle dépasse du bord du verre de 2 à 3 cm. L'attacher au moyen d'une ficelle ou d'un élastique. Au bain marie, battre ensemble le café refroidi, le sucre, les jaunes d'œuf et l'œuf jusqu'à ce qu'ils soient réchauffés. Puis les battre dans un bain d'eau glacée pour les faire refroidir. Incorporer la crème fouettée à la mousse de café froide, remplir de ce mélange des tasses à café, aux deux tiers, que vous placerez ensuite au congélateur pendant au moins 1 heure. Réchauffer le lait et le sucre, que vous ferez ensuite mousser au mixeur. Avec une cuillère, étaler avec soin la mousse chaude sur la mousse de café gelée jusqu'à ce que la corolle de papier soit remplie. Remettre le tout au congélateur. Sortir les tasses du congélateur environ 10 minutes avant de servir, enlever la corolle de papier, saupoudrer d'un peu de cacao en poudre tamisé dans une passoire fine et servir.



Café viennois

Préparation pour 4 personnes

6 à 8 cuillérées à soupe de chocolat au lait râpé
8 dl de café au lait (2/3 de café, 1/3 de lait)
3,5 dl de crème fouettée
copeaux de chocolat très fins

Répartir le chocolat dans les quatre tasses à café et les recouvrir ensuite de café au lait chaud. Recouvrir de crème fouettée et servir saupoudré de fins copeaux de chocolat.



Café glacé au lait de coco

Préparation pour 4 personnes

6 dl de café
1,5 dl de lait de coco
1 à 2 cuillères à soupe de jus de citron vert
1 sachet de sucre vanillé
4 boules de glace à la vanille

Mélanger énergiquement le café bien glacé avec le lait de coco, le jus de citron vert et le sucre vanillé. Verser le café dans des verres préalablement mis au frais, et placer dans chacun des verres une boule de glace à la vanille.



Moka épice

Préparation pour 4 personnes

6 cuillères à café de café en poudre (café soluble)
4 morceaux de sucre
un peu de poivre vert du moulin à poivre
4 tasses à moka d'eau (3 dl environ)
quelques traits de jus de citron

Très lentement, faire réchauffer le café, le sucre, le poivre et l'eau froide jusqu'à ébullition, sans arrêter de tourner, jusqu'à obtention d'une mousse. Ajouter le jus de citron et servir dans des tasses à moka. Laisser reposer 2 à 3 minutes et déguster.



Café noisette

Préparation pour 4 personnes

5 dl de café
8 cuillérées à soupe de sirop de noisette
1 dl de crème fouettée
4 cuillérées à café de noisettes émincées

Mélanger le café au sirop et répartir le mélange dans 4 verres. Verser la crème par dessus. Dans une poêle, faire griller les noisettes, sans graisse, et en saupoudrer la crème.



Tiramisù

Préparation pour 4 personnes

6 cuillérées à soupe d'expresso froid
2 cuillérées à soupe d'amaretto
(alternative sans alcool: sirop d'amaretto)
150 g de biscuits à la cuillère (environ 23)
250 g de mascarpone
30 g de sucre
1,5 dl de crème
env. 1 cuillérée à soupe de cacao en poudre
citronnelle

Mélanger l'expresso et l'amaretto et imbibler de ce mélange les biscuits à la cuillère. Dans un moule (env. 10x20 cm), disposer la moitié des biscuits. Mélanger la mascarpone et le sucre. Battre la crème en neige et l'incorporer au mélange. Étaler la moitié de la crème de mascarpone sur les biscuits. Y disposer le reste des biscuits à la cuillère. Étaler le reste de la crème. Mettre au frais pendant au moins 3 heures. Juste avant de servir, saupoudrer le tiramisù de cacao en poudre tamisé dans une passoire et garnir de feuilles de citronnelle.





*Vereinigung zur Förderung von Kaffee
Association pour la promotion du café
Associazione per la promozione del caffè*