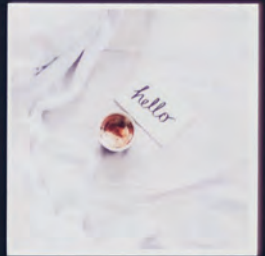


LIFE IS CHOICE
SURROUND YOURSELF
WITH GOOD PEOPLE
AND ONLY
DRINK GOOD COFFEE



May your day
be as wonderful
as the first sip!



but first,
coffee



– EEN EIGENZINNIG KOFFIEBOEK –

slow
coffee

MARTINE NIJSTERS
MARJOLEIN VERMEERSCH

FOTO'S HEIKKI VERDURME

- INHOUD -



Inhoudstafel

DE KRACHT VAN GENIETEN 6

HEMELSE DRANK 8

Hoofdstuk 1 - Proeven 13

Ruiken en smaken, hoe werkt dat? 14

Een streling voor vele zintuigen 16

Het proeversjargon 20

Het aroma

De smaak

Het gevoel

Hoofdstuk 2 - Bonen in rang en stand 25

Arabica 26

Robusta 27

De bepaling van de kwaliteit begint al vroeg... 27

Koffie is puur natuur 28

Waar groeit koffie? 29

Hoofdstuk 3 - Origines en terroirs 33

1. Fruitig en volle smaak 36

Ethiopië

Kenia

Colombia

Guatemala

2. Droog en volle smaak 40

Brazilië

3. Mild en lichtere body 42

Peru

Mexico

Jamaica

Nicaragua

Honduras

Indonesië

4. Bitter en goedkoop 50

Vietnam

Hoofdstuk 4 - Van plant tot brander 55

Natuurlijke teelt 57

Biologische teelt 57

Naast eerlijke ook heerlijke koffie 58

Koffie oogsten 60

Ontbolsteren van de koffiebonen 61

en de invloed op hun smaak

Droge methode

Natte methode

Hybride methoden

Klaar voor verschepping 62

Koffiehandel 62

Fairtradekoffie 64

Koffielanden zorgen voor eigen vangnet 66

Speciale koffie 68

Hoofdstuk 5 - Van brander tot kan 71

Hoe wordt koffie bruin? 72

Roosteren 72

Koffie kan wel! 76

Afkoelen 76

Verpakken 78

Hard vacuüm... tijdloos vers?

Luchtdicht verpakte koffie, de goede oplossing

Dagverse koffie

Slow Coffee: de kern van de zaak 81

Hoofdstuk 6 - Ontdek je eigen koffiestijl 83

Welk type ben je? 84

Lees een koffiepak 88

Nog méér weetjes 91

Cafeïne

Is koffie wel gezond?

Cafeïnevrije koffie of decaf: hoe krijgen ze die cafeïne eruit?

De grote tradities

Oploskoffie... lost niets op

Koffiedik

<i>Hoofdstuk 7 - Koffiezetten</i>	99
Water	100
Malen	102
Slow coffee is filterkoffie	104
Onderdempelen	
Opgieten	
De filter	
De kan	
<i>Monofilter</i>	
<i>Chemex®</i>	
<i>Vacuümkan, Cona of Sifon</i>	
<i>Filter op de kan</i>	
<i>Sexy Eva: de Eva Solo-koffiekaraf</i>	
<i>Cafetière, Plunger, bistrokan of</i>	
<i>French Press</i>	
<i>Aeropress®</i>	
<i>Trinity One</i>	
<i>Espressokan</i>	
Espressomachine	
Capsulemachine	
Ijskoffie en Cold Brew	118

Desserts:	
1. After Eight Delight	152
2. Koffie-crème brûlée	154
3. Frosty Miss	156
4. Koffie-walnootcake	158
5. Koffielieverdjes	160
6. Sassy Soda	162
7. Koffie-chocolade(cup)cake	164
8. Tiramisù	166
9. Mojito-koffie-ijs	168

Gerechten:	
1. Wildgoulash met polenta	170
2. Koffiestoverij	172
3. Koffiewinterappeltjes	174
4. Gebakken ham met koffieglazuur	176
5. Ternera Café	178
6. Mexicaanse barbecue-entrecôte	180
7. Koffiebrood	182

DE AUTEURS

Hoofdstuk 8 - Geniet van koffie en méér...

RECEPTEN	123
-----------------	-----

Koude drinks:

1. Cold Brew-koffie	124
2. Coffe & Tonic	126
3. Koffiebrandewijn	128
4. Coffee & Tonic	130
5. Halloweensiroop	132

Warme drinks:

1. Kokos Cowboy Coffee	134
2. Wenduinse koffie	136
3. Peperkoekkoffie	138
4. Advocaatkoffie	140
5. Kruidige Caffè latte met een tic	142
6. Koffiecacao	144
7. Cocorico-koffie	146
8. Mexican mokka	148
9. Griepkoffie	150



DE KRACHT VAN GENIETEN

IK DRAAG DIT BOEK OVER KOFFIE OP AAN:

de zorgzame telers op talloze koffieplantages, die vakkundig en liefdevol hun kostbare planten verzorgen, de vruchten selectief oogsten, ze zorgzaam verwerken en naar de havens brengen;

de betrouwbare handelslui, die oordeelkundig de beste soorten uitzoeken, verschepen, invoeren en aanbieden, die commercieel gezond verstand verzoenen met kwaliteitsbewustzijn en eerlijke handel;

de onderlegde proevers, die geen confrérie nodig hebben om de subtielste nuances in de grote en kleine koffies even accuraat te typeren;

de nijvere vakmensen, die het mogelijk maken om de koffie te roosteren, te verpakken en te verhandelen op een artisanale, verantwoorde manier;

de bewuste winkeliers, die jou met raad en service zuivere en degelijke producten aanbieden; die onder meer goed weten waarom en wanneer koffie kàn...;

de koffiespecialisten, die hun kennis en vaardigheid in dienst stellen van kwaliteit – en het niet laten kunnen om hun enthousiasme voor eerlijke, heerlijke koffie aan jou door te geven;

de ontelbare koffieliefhebbers, waar jij, beste lezer, er beslist een van bent. Omdat je graag werk maakt van en de tijd neemt voor een lekkere kop koffie en er alles voor overhebt om ook de lekkerste bonen te vinden. Dit boek helpt je alvast op weg.





VOORWOORD



HEMELSE DRANK

**Koffie is mijn enige zaligheid
Zoeter dan duizend kussen
Heerlijker dan sprank'lende wijn...**

*Kaffecantate nr. 211
Johann Sebastian Bach, 1732*

Koffie werd ontdekt en verheerlijkt als godendrank. In een waas van klasse en cultuur genoten nobelen van bloed en geest er eertijds fijntjes van. Maar net als zovele andere edele genoegens werd koffie later gedemocratiseerd, zodat je hem nu terugvindt in keukens en verbruikersruimten van alle slag... Van hemel naar voorraadkast. Koffie is intussen een alledaags goedje geworden, waar vaak geen aandacht en liefst niet te veel geld aan wordt besteed.

Namen onze voorouders vroeger misschien meer de tijd om van talloze dingen te genieten? Vandaag zijn we Consument geworden en moeten we op een economische manier zo nodig 'verbruiken'. Of we willen per se voor vol aangezien worden en doen graag mee met allerlei hypes, zonder echt bezig te zijn met de inhoud en de rijkdom van dingen.

En toch... er zijn nog levenskunstenaars. Die tussen alle technologische, intellectuele en materiële drukdoenerij in, af en toe het hemelse weer opzoeken. Zij vergeten eventjes het knagen van de tijdsgeest en de portemonnee, gaan geregeld offline, zijn weer helemaal te vinden voor gezelligheid en *hygge* en nemen opnieuw de tijd en de ruimte om kwaliteit in hun leven te brengen.

Voor deze slow people is dit boek bedoeld, met praktische informatie en prettige wetenswaardigheden voor feestelijk leven elke dag. Om van te leren én te genieten.





KOFFIE ZIT IN MIJN GENEN

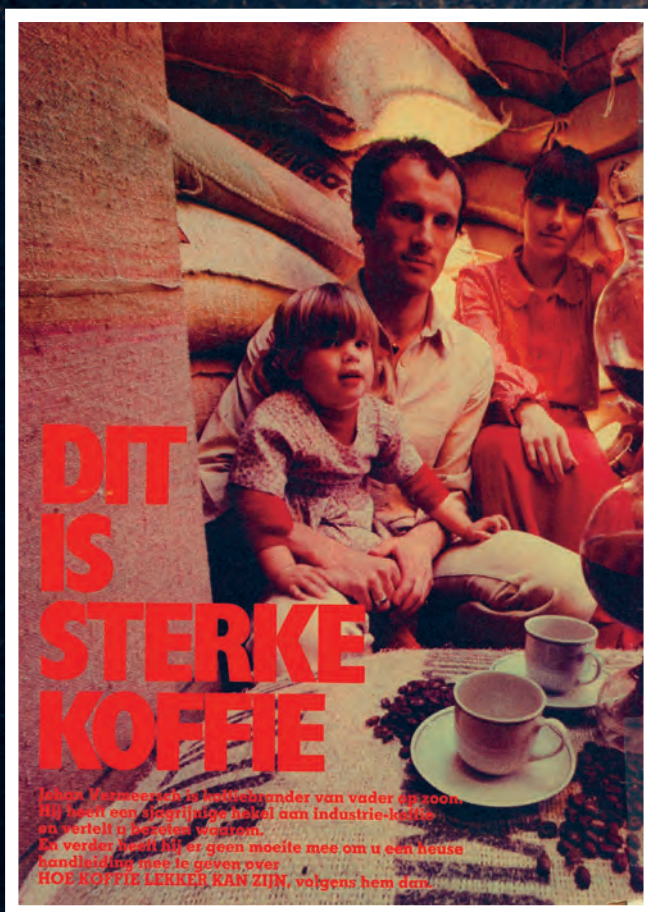
Tk ben bij manier van spreken geboren tussen de balen koffie en ben intussen de derde generatie koffiebranders in de familie.

Mijn overgrootvader was herenboer in Langemark en had een groot gezin, waaronder vier zoons die niet graag studeerden. Tussen de twee oorlogen in wilde hij ze werkzekerheid geven en kocht een cichorei-eest. De oudste zoon, mijn latere grootvader Oscar, en twee van zijn broers werkten daar. Omdat de vraag naar koffie vooral vanuit Frankrijk groeide, begonnen ze ook koffie te branden. Na WO II ging mijn grootvader met zijn bruid in Wenduine-aan-zee wonen en kocht er een pand met speelgoedbazaar. Maar al gauw kriebelde de koffiemicrobe weer en toen een oude branderij in Blankenberge zijn inboedel verkocht, kwam Oscar met een koffiebrandmachine, een weegschaal en wat voorraaddozen naar huis. Hij installeerde die achteraan in de speelgoedwinkel en begon koffie te branden. Uiteindelijk kwam er een bescheiden afzonderlijk koffiewinkeltje aan de achterkant van de Wenduinese zeedijk.

Als kind al leerde mijn vader Johan de knepen van het koffieambacht en begin jaren 1970 nam hij de kleine zaak over. In 1972 trouwde hij met mijn mama, Martine Nijsters. Ze kochten een huis aan het kerkplein in het dorp en richtten Koffie Kàn op, een koffiebranderij annex moderne winkel. Samen bouwden ze het bedrijf uit tot een middelgrote koffiebranderij met oog voor kwaliteitsvol en duurzaam ondernemen en een doordacht merkenbeleid. Zodra mijn ouders de kleine ambachtelijke winkelbranderij opstartten, zochten ze immers naar een eigen stempel: diepere waarden die het voeren van een bedrijf aantrekkelijk en boeiend zouden maken voor henzelf. Begeesting was van meet af aan de drijvende kracht om zich als klein koffiebedrijf op nationaal vlak te onderscheiden van de multinationale concurrenten. Het branden van koffie werd een uniek procédé, 'Dycolote roosteren' ofte 'slow roasting'. En communicatie met klanten en alle geïnteresseerden in koffie is altijd een streefdoel geweest.

Van kleins af aan boeide de wereld van koffie me mateloos en leefde ik mee met het reilen en zeilen van *Koffie Kàn*. Niet vreemd dus dat ik, na wat eerste beroepservaring buitenshuis, begin 1999 in het ouderlijk

bedrijf stapte. Sinds 2011 run ik samen met mijn man Frederik **Koffie Kan**. Met dezelfde bezieling en eigenzinnigheid die ik bij mijn ouders zag, en met een eigentijdse invulling en een vinger aan de pols bij wat koffiegenieters van vandaag interesseert. Daarom dit boek over *Slow Coffee*. Want naast alle espressorages mogen en moeten we in deze snel voorbijrazende tijd evengoed stil staan bij de kracht van rustig en ontspannen genieten.?





– HOOFDSTUK 1 –

PROEVEN



PROEVEN

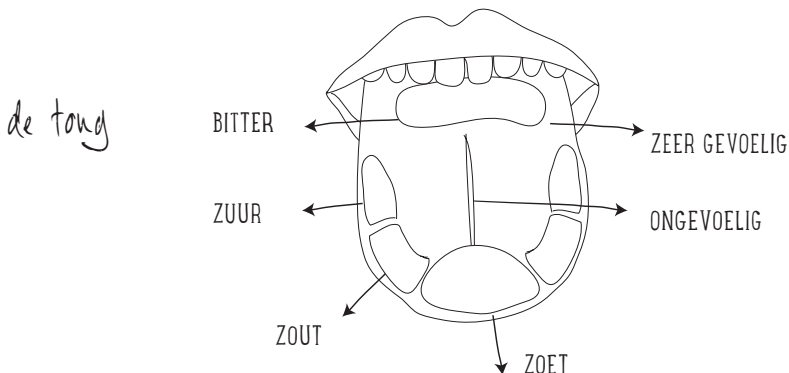
Een wijnliefhebber kent gewoonlijk tal van namen, streken en goede oogstjaren. Een koffiekenner hoeft daar niet voor onder te doen. Diverse smaken ontstaan door evenzoveel verschillende streken van herkomst en evenzoveel verscheidene zetmethodes, en maken koffieproeven net zo veelzijdig. Maar zoals een wijnkenner wil je weten hoe je koffie moet proeven en gebruik je graag de juiste woordenschat om je eigen voorkeursmaak raak te omschrijven.

RUIKEN EN SMAKEN, HOE WERKT DAT?

Om te ruiken en te smaken hebben we heel wat bijzondere **zintuigzenuwen**. De *smaak* speelt zich op diverse plaatsen van de mond af: er liggen smaakpapillen op de tong, maar ook op het zachte gehemelte, *de epiglottis*, de huid en de keel. De smaakpapillen op de tong zitten op de voorrand, op de zijkant tot aan de rug en op de rug van de tong. Zout en zoet proeven we vooraan op de tong, acide of rins proeven we aan de zijkant en bitter proeven we met de

achterkant van de tong. We proeven niet alle smaken even vlug: bitter gaat het snelst, dan zoet, vervolgens zuur en ten slotte zout.

Smaakprikkelers zijn eigenlijk de gewaarwording van een scheikundige stof in een waterige oplossing, speeksel bijvoorbeeld. Suikers wekken een zoete smaak op, alkali een zoute, zure oplossingen geven een zure smaak en alkaloiden oplossingen (zoals cafeïne) roepen een bittere smaak op. Die vier basissmaken maken ontelbare combinaties en nuances mogelijk.





Daarnaast zijn er een dertigtal primaire *geuren*. Geurwaarneming is (net als het gehoor) een analytisch zintuig, want twee verschillende prikkels kunnen herkend worden in een mengeling. **Koffie** is een opmerkelijk ingewikkeld product. Hij bevat ongeveer duizend afzonderlijke **geurcomponenten**. Ter vergelijking: noten hebben er een vijftigtal.

EEN STRELING VOOR VELE ZINTUIGEN

Er komt wat kijken bij de smaak van koffie: land van oorsprong, plantage, soort, verwerking van de ruwe koffie, graad van branden, maalgrofte, bereiding... Elk element en ieder moment heeft zijn invloed op wat wij uiteindelijk in ons koffiekopje krijgen en proeven. **Koffie kennen is dan ook koffie proeven**. En andersom.

Proeven is een samenspel van zintuigen

Net als wijn wordt koffie met vele zintuigen gedegusteerd:

- *de ogen: hoe ziet de kop koffie eruit?*
- *de neus: hoe ruikt de koffie?*
- *de mond: hoe smaakt de koffie?*
- *het gevoel: hoe is de body van de koffie?*

Bekijk de kop koffie

Met de ogen kan je al zien hoe de koffie **gebrand** werd en op welke manier hij werd **bereid**. De kop is hierbij natuurlijk niet onbelangrijk. Kies voor een kop van porselein met een witte binnenwand, zodat **de kleur** van de koffie niet beïnvloed wordt. De kleur van de koffie vertelt hoe sterk de koffie gezet is en zegt iets over de smaak:

- *donker = eerder krachtig en vol,*
- *belder = licht, zelfs slauw.*

Bij een espresso bijvoorbeeld vertelt de romige schuimlaag op de koffie heel wat: een heldere crema toont dat het water bij

de bereiding de goede temperatuur had, een donkere schuimlaag bewijst dat het water te warm was en de gemalen koffie hierdoor wat verbrand werd. Hoe consistent de schuimlaag, hoe verser de koffie was die men gebruikt heeft. Bovendien houdt het schuim de geur en de smaak wat langer in de kop: roer de koffie dus niet om voor het opdienen. Robusta geeft méér schuim dan een arabica. (Over die koffiefamilies lees je meer in het volgende hoofdstuk.)

De 'neus' van koffie

Het **aroma** van koffie is een van de belangrijkste maatstaven bij het proeven. Het aroma bepaalt namelijk niet alleen de **geur** van koffie, maar is ook nauw verbonden met de smaak. Om alle varianten van het koffiearoma te beschrijven zijn eindeloos veel woorden te verzinnen. Zo kan je er onder meer bloemen en fruit-elementen in ontdekken. Met vier termen groeperen we alvast de belangrijkste kenmerken van de meeste koffiesoorten: **karamel, chocolade, kruidig en verbrand**.

Koffie in de mond

Drie smaaktyperingen volstaan om vrij gericht aan te geven wat een slok koffie bij je smaakpapillen teweegbrengt: **bitter, rins** of **'acide'** en **mild**. In tweede instantie kan je de zuurheid en een verbrande smaak natrekken.

Koffie kan je voelen

Wat je tong en gehemelte nog méér ondervinden als je een slok koffie eventjes in de mond houdt en rondwalst (zoals bij het proeven van wijn), dat is de **'body'** van koffie: een gevoel van volheid en krachtige smaak... of het gebrek daaraan.

bekijk de kop koffie:

DONKER =
krachtig en vol



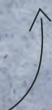
HELDERE CREMA =
het water had bij de bereiding
de goede temperatuur



CONSISTENTE SCHUIMLAAG =
hoe consistentener de schuimlaag,
hoe verser de koffie



'BODY' =
het gevoel van volheid en krachtige
smaak





WWW.KOFFIEKAN.EU

 @marjoleinkoffie
 koffiekan
 koffie_kan

WWW.LANNOO.COM

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

TEKST: Martine Nijsters en Marjolein Vermeersch
BEREIDING RECEPTEN: Frederik Danneels
FOTOGRAFIE: Heikki Verdurme
foto's op pagina 9, 85, 90: Steffi de Bie
ILLUSTRATIES EN FOTO'S: www.shutterstock.com
VORMGEVING: Katrien Van De Steene - Whitespray

Als u opmerkingen of vragen heeft, dan kunt u contact nemen met onze redactie:
redactielifestyle@lannoo.com.

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2017
D/2017/45/542
ISBN: 978 94 014 4362 3

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.