

Appuntamento al bar della storia

Caffè, Cioccolato e Tè.
3F a.s.2020-21
I.C."via Carotenuto 30"
Roma



il caffè

Il caffè è una bevanda ottenuta dalla macinazione di piccoli alberi tropicali della specie **COFFEA**. Parte della famiglia botanica delle **RUBIACEE**, UN GRUPPO DELLE **ANGIOSPERME** che comprende oltre 600 GENERI e 13500 specie.

Sebbene all'interno del genere coffea siano identificate circa 100 specie, commercialmente le diverse specie di origine sono identificate come diverse varietà di caffè: le più diffuse tra esse sono L' **ARABICA** e **LA ROBUSTA**.



Origini

Le origini del caffè non sono note, sicuramente si diffuse prima nel mondo arabo.

Il termine caffè arriva dalla parola turca **qahwa**.

Alcuni pensano invece che il termine caffè derivi dalla regione di Caffa che si trova nell'Etiopia sud-occidentale, dove nel XV secolo la conoscenza del caffè si estese nel medio-oriente fino a Instabu, il caffè veniva consumato in luoghi simili a taverne.



Coltivazione e semina del caffè

Caratteristiche come composizione del terreno, temperatura, altitudine e metodo di raccolta risultano determinanti. La pianta del caffè si propaga per semina o per talea, e prima di raggiungere la piena maturità per produrre i suoi frutti (detti drupe o ciliegie, di cui presentano colore e forma), devono trascorrere circa quattro anni.



Il caffè arriva in Italia e nelle altre nazioni europee

Nello specifico, sembra che ad aver importato il caffè sia stato il medico del console di Venezia in Egitto che, al suo ritorno nella penisola italiana, ne portò alcuni sacchi. Da allora, a Venezia il caffè iniziò ad essere conosciuto tra i nobili - a causa del suo prezzo elevato - e in ambito medico, per le sue numerose proprietà benefiche. La prima notizia scientifica proviene dal botanico tedesco Leonhart Rauwolf (1540-1596), il quale riportò che questa bevanda era nota con il nome buncham o bunchum, e bunn o bunca.

Il debutto in società:

Tra la fine del 1770 e l'inizio del 1800 la coltivazione del caffè venne diffusa anche nel nuovo Continente, tant'è che oggi, il fabbisogno europeo è quasi interamente coperto dalle produzioni provenienti dall'America Centrale e dal Brasile.

Il luogo fisico del suo consumo, lo spazio pubblico del rito, il caffè e poi il bar, è figlio dell'Età e dell'avvento di una nuova classe: la borghesia.

I caffè diventano punti di ritrovo, di riferimento, di cultura, ecc...

A Milano i fratelli verri fondarono "il Caffè".



Discutere gustando il caffè

Il nome della rivista " Il Caffè " metaforicamente alludeva, infatti ad un fenomeno che si stava diffondendo ai tempi dell'illuminismo: i caffè erano luoghi dove poter discutere di questioni sociali culturali e politiche, in modo libero e senza essere in possesso di un titolo accademico. Un pò come oggi avviene all'interno dei vari " forum " e " social ". Nel tempo il nome Caffè avrà un significato sempre più specifico di luogo di aggregazione sociale.



Influenze sulla cultura italiana:

Nella cultura italiana, perlomeno dal Novecento in poi, il caffè non si associa a uno stile di vita in particolare; è un prodotto universale, perché viene bevuto da donne, uomini, anziani, lavoratori e giovani.



Caffè americano

Il caffè americano è un particolare tipo di caffè molto utilizzato negli Stati Uniti d'America e più in generale nel mondo anglosassone, e viene preparato con un'apposita macchina. A differenza del caffè preparato con la moka e del caffè espresso che si bevono in tazzina (una dose è di circa 25-35 ml per l'espresso e di circa 50 ml per il caffè preparato con la moka), il caffè americano si beve lungo in tazza (una dose è di circa di 200-250 ml).



Caffè Francese

La macchina da caffè francese è composta da un cilindro di vetro, con un filtro appiattito, collegato con un pistoncino di acciaio, sul coperchio, che fuoriesce fornendo un piccolo pomello nero dalla semplice impugnatura.

Con questo meccanismo, si mette il caffè macinato grossolanamente, cercando una giusta via di mezzo tra il caffè fine e quello intero in grani, e si va ad aggiungere dell'acqua bollente, nel momento in cui si versa l'acqua con lo stantuffo (il pistoncino d'acciaio), si preme il caffè sul fondo del cilindro, con forza cercando di non far fuoriuscire il caffè, in una caraffa pronto per essere servito.

Caffè turco

Prende il nome di caffè turco, una tipologia di preparazione del caffè diffusa in Turchia nella penisola balcanica e nel Caucaso. Il caffè si prepara bollendo l'acqua a cui viene poi aggiunto il caffè macinato e eventualmente dello zucchero in un particolare bricco dalla forma allungata. Quando l'acqua bolle si toglie dal fuoco e si versa nella tazzina.



Le origini del tè



Il tè viene prima scoperto 3000 anni fa in Cina, è un infuso di una pianta **Camellia Sinensis**, a volte le foglie vengono combinate con altre spezie,erbe.... Il nome tè proviene da un dialetto dalla costa cinese "tei". La pianta viene coltivato anche in Bangladesh, India, Giappone e Kenya ecc. Il té è la bevanda più popolare dal XX secolo,

Il tè ha diversi gusti: floreale, fruttato, dolce, erbaceo e può essere anche amaro. Ci sono più tipi di tè : tè nero, tè verde, tè oolong, tè bianco, tè giallo, tè postfermato. E tutti questi tè sono fatti con diversi tipi della pianta *Camellia sinensis*. La pianta può vivere per oltre 100 anni e le suo foglie sono raccolte durante tutto l'anno, la persona che scoprì la pianta fu Carlo Linneo che la chiamo onore del unione di *Camellia* e *sinensis* dal latino cinese.

I principi nutritivi del tè

Il tè ha un apporto calorico uguale a zero e non contiene colesterolo.

La composizione del tè:

- 1).caffaina detta teina, essendo identica la formula chimica: un alcaloide stimolante del sistema nervoso centrale, maggiormente presente nel tè nero che nel verde, ed anzi,
- 2).Teatina un amminoacido psicoattivo
- 3).Tatechine flavonidi presenti soprattutto nel tè verde e nel tè bianco
- 4).Teaflavine e tearubigine-flavonidi a struttura più complessa, presenti soprattutto nel tè nero
- 5).Teobromina e teofillina- alcaloidi stupefacenti e stimolanti, maggiormente presenti nel tè nero.

Quantità per 100
grammi
Calorie 1
Grassi 0 g
Acidi grassi saturi 0
g
Acidi grassi
polinsaturi 0 g
Acidi grassi
monoinsaturi 0 g
Colesterolo 0 mg
Sodio 4 mg
Potassio 18 mg
Carboidrati 0,2 g
Fibra alimentare 0 g

Zucchero 0 g
Proteine 0,1 g
Caffeina 11 mg

USDA



In Inghilterra

In Inghilterra il caffè venne sostituito con il tè, dopo sessanta anni di predominio. Per questo motivo molti caffè o coffee houses, di sola frequentazione maschile, vennero trasformati in sale da tè o *tea gardens* che vennero aperti anche alle donne. Le sale da tè divennero il primo locale pubblico in cui le donne potevano recarsi liberamente senza suscitare scandalo. Tutto ciò favorì la diffusione di questa bevanda e la trasformazione delle *coffee houses* in *tea gardens*, ormai più redditizi.



Come lo si beveva?

Il tè all'inizio fu destinato al consumo serale, **dopo la cena**, abitudine che rimase invariata, ed era accompagnato da altre bevande, quali caffè o vino caldo.

Il tè divenne la bevanda che accompagnava le chiacchiere nelle **visite del pomeriggio**, o per meglio dire nella tarda mattinata, visto che, in quest'epoca si definiva pomeriggio il periodo seguente alla cena e non al pranzo.

A lanciare la moda del tè pomeridiano fu **Anna Russell**, duchessa di Bedford. Essa trovandosi a Belvoid prese l'abitudine di consumare un piccolo pasto accompagnato dal tè. Le amiche iniziarono a farle compagnia. Ciò divenne un'abitudine fino ad diventare una **TRADIZIONE**.

Da dove nasce l'usanza del tè del pomeriggio?



Il basso tea o "LOW TEA" veniva consumato verso le 16 per la classe sociale più elevata. Poi troviamo l' "HIGH TEA" il quale si consumava dopo le 17 per gli altri (quelli non appartenenti alla classe elevata).

Importazione del tè in Europa.

Il tè arrivò in Europa solo all'inizio del XVII secolo per mano dei Portoghesi e degli Olandesi, che all'epoca commerciavano con la Cina.

Ben presto però gli olandesi divennero dei grandi estimatori della bevanda, facendone scendere il valore di mercato, e già alla metà del XVII sec. era usanza bere tè nel pomeriggio.

Le notizie riguardanti la bevanda orientale e i suoi benefici raggiunsero anche l'Inghilterra, dove l'abitudine di berla si diffuse velocemente anche presso i ceti intermedi.

Fu la regina portoghese Caterina di Broganza ad imporre la moda del tè pomeridiano tra i nobili inglesi.



Tè nero

Il tè nero è la varietà di tè più diffusa al mondo. Tutti noi lo conosciamo come bevanda calda da assaporare da sola o con l'aggiunta di alcuni ingredienti, come una fettina di limone o del latte. La produzione del tè nero avviene soprattutto in India. È bene sapere che il tè nero rispetto al tè verde contiene una maggiore quantità di teina.



Tè verde

Ormai da qualche anno si fa un gran parlare dei prodotti a base di tè verde, abilmente proposti ai consumatori come veri e propri elisir di bellezza. Per ottenere il tè verde, le foglie, non appena raccolte, vengono lavate a vapore e subito seccate per impedirne la fermentazione: è proprio grazie a questo processo di lavorazione che, anche se si perde una leggera percentuale di teina, all'interno delle foglie rimangono maggiori quantità di catechine ed altri polifenoli, che poi sono le componenti più attive e salutari.

ORIGINI DEL CIOCCOLATO

Duemila anni fa, nel Centro America, un indigeno trovò in una foresta pluviale un frutto ovale che sporgeva da un ramo di un albero dal tronco liscio.

Aprì il baccello e vi trovò all'interno una mucillagine bianca, profumata e dolce (il **burro di cacao**) e diverse fave (le **fave di cacao**) che estrasse e portò con sé.

Sbucciò le fave e le mise a tostare, ne scoprì l'aroma e mettendole in infusione creò la prima cioccolata.

Anche la storia dei **Maya** è intrecciata con quella del cacao.

Ritrovamenti archeologici, nello specifico illustrazioni, mostrano alcune divinità maya che reggono fave di cacao (ecco il motivo per cui veniva definito **cibo degli dei**), oltre ai dipinti presenti nelle tombe dell'élite.

Quello ritrovato in Guatemala e risalente al **600 a.C.** raffigura una donna che passa da un recipiente all'altro il cioccolato, per far sì che si formi della schiuma.

Per i Maya il cacao fu importante anche dal punto di vista economico perché in alcune regioni le fave di cacao erano utilizzate anche come moneta corrente per acquistare piccoli oggetti.



Il primo in Europa ad assaggiare il cacao fu il **re di Spagna Filippo II**, nel 1544.

La cioccolata iniziò dalla Spagna il suo grande viaggio per tutta l'Europa.

Grazie alle nozze di Maria Teresa e re Luigi, il cioccolato fu introdotto ufficialmente in Francia e la bevanda al cioccolato si diffuse prestissimo tra tutte le classi sociali.

Nel 1800 rivoluzione industriale il cacao si trasformò nella cioccolata. Lo **scienziato olandese van Houten** nel 1828 creò la prima pressa idraulica in grado di separare il burro di cacao dalla pasta di cacao ottenendo un panetto di cioccolato riducibile in polvere



LA SCOPERTA DEL CIOCCOLATO

La famiglia Fry nel 1847 creò la prima barretta di cioccolato. Heinrich Nestlé, il chimico svizzero che nel 1867 scoprì il processo di evaporazione che permetteva al latte di diventare polvere per poi tornare in forma liquida se mescolato con acqua. Daniel Peter nel 1879, unendo il latte in polvere alla cioccolata, creò la prima barretta di cioccolato al latte. Rudolph Lindt creò la macchina per il concaggio dove il cacao diventa morbido come la nutella.

Nel Seicento il cacao inizia ad essere prodotto anche in Italia ed è grazie alla scuola torinese che nel 1819 Francois-Luis Cailler fonderà la prima fabbrica svizzera di cioccolato.



LE CARATTERISTICHE NUTRITIVE DEL CIOCCOLATO

È meglio evitare di dare il cacao ai bambini **fino ai 3 anni** , potrebbe scatenare nel bambino allergie; per lo stesso motivo è sconsigliato alle donne che allattano al seno. I bambini che soffrono di **acetone** (malattia dove c'è un'assenza di zuccheri nel sangue) devono astenersi dal consumarlo. Nelle persone che soffrono di ipertensione e nervosismo la presenza di caffeina nel cacao potrebbe rafforzare questi sintomi e potrebbe aumentare l'insonnia nelle persone predisposte. Cioccolato e cacao in generale sono controindicato a chi ha problemi intestinali.

Il cioccolato è anche energetico il che lo fa un alimento particolarmente consigliato per sportivi e adolescenti. Però contenendo anche molte calorie, bisogna stare attenti alle quantità assunte per evitare problemi di sovrappeso ed è molto importante che sia di ottima qualità.



Nel cioccolato amaro e nel fondente troviamo l'**epicatechina**, che dà il gusto amaro e mantiene inalterate le sue proprietà antiossidanti. Si consiglia di consumare **2-3 quadratini** al giorno di cioccolato fondente, come spuntino di metà mattina o metà pomeriggio. La prima materia del cioccolato é il cacao, esso contiene: gli **antossidanti** del cacao aiutano contro l'invecchiamento delle cellule, mentre la **teombrina** e la caffeina aiutano la **concentrazione**, la **serotonina** e la **tiramina** sono utili **contro la depressione** e i disturbi d'ansia. Per beneficiare appieno delle proprietà del cacao occorre preferire il consumo di **cioccolato amaro**, come ingrediente nelle varie ricette.



BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

Wolfgang Schivelbusch, *Storia dei generi voluttuari-spezie, caffè, cioccolato, tabacco....*, Milano, Mondadori, 1999.

S.Paoulucci-G.Singnorini-L.Marisaldi, *Di tempo in tempo. L'età moderna*, Bologna, Zanichelli, 2018.

www.Focus.it <https://www.cioccolatitaliani.it/it/> TaccuiniGastrofisici.it paginemediche.it
www.MissDarcy.it

www.Attibassi.it www.wikipedia.it

SPERANDO CHE IL NOSTRO LAVORO SIA
STATO APPREZZATO AUGURIAMO UNA
BUONA DEGUSTAZIONE



