



КАВА "ГАЛКА" – ГІРКА ТА СОЛОДКА, ЯК САМЕ ЖИТТЯ

ГАЛИЦЬКА КАВА

Липень
2016 рік
№ 178



Рекламно-інформаційна газета СП "Галка Лтд"

"ГАЛИЦЬКА КАВА" – КЛАСИКА МІЦНОСТІ

Досконалий продукт реклами не потребує... Уже понад десятиліття "Галицька кави" самостійно знаходить шлях до покупця. Її дарують та рекомендують скуштувати! Досконала рецептура – ось кращий рушій продажів!

Вона виготовлена з дбайливо вирощеного і зібраного зерна із кавових регіонів Південно-Східної Азії. "Галицька кави" – це тільки найкращі сорти робусти, тож напій вдається насичений, міцний, із приємною терпкватістю, яку гарантує темне французьке обсмаження. Фірмова ознака – розкішний легкий шоколадний післясмак, що утворюється без жодних ароматизаторів та домішок. Лише натуральне зерно і

нічого зайвого. Такою кавою можна насолоджуватись нескінченно довго...

Смак напою із легкою приємною кислинкою, із м'якою терпкістю. Складний гармонійний аромат "Галицької кави" бадьорить і покращує настрої. Завдяки використанню виключно робусти кави вдається із значним вмістом кофеїну, тож тонізує миттєво та надовго. Дуже дрібний помел зерна дозволяє зробити каву універсальною для різних методів приготування: і професійного заварювання у кавових апаратах, і у турці "по-турецьки", і запарювання просто у горнятку.



Нещодавно ТМ "Галка" випустила на ринок новий продукт – розчинне капучино на основі цикорію. Це корисний та смачний напій для усіх любителів гарячих ласощів та прихильників здорового харчування.

Капучино "Цикорійне" від ТМ "Галка" – особлива насолода... Шовкова текстура, щільна вершкова пінка, легка, немов хмаринка, витончений горіховий післясмак обсмаженого цикорію і тонка нота какао... Істинне задоволення!

У міру солодке, та з легкою гірчинкою, що змушує язик витанцьовувати у роті, насолоджуючись кожним ковтком. Надзвичайне поєднання розчинного цикорію, кремкових вершків, какао та ба-

ланс цукру із дрібочкою солі утворює абсолютно новий напій, не схожий ні на що інше. Його не можливо уявити. Тільки скуштувати... й закохатись назавжди.

Переконайтесь: корисні продукти для здорового способу життя можуть бути дуже смачними – і це факт! Ретельно обсмажений корінь цикорію в основі капучино "Цикорійного" є чудовим джерелом інуліну. Ця сполука змушує наше тіло працювати у покращеному режимі. Інулін знижує рівень цукру в крові, нормалізує метаболічні процеси, позитивно впливає на роботу серця та печінки. Жодних протипоказань і суцільні переваги (детальніше на с. 3).

Капучино "Цикорійне" – розкішний початок дня, приємність у робочий час та шоколадно-горіхова насолода для приємних вечорів...



ЯКА ТВОЯ ПРИЧИНА, ЩОБ СКУШТУВАТИ КАПУЧИНО?



Що нового?

КАВОВУ ГУЦУ -
НА ДОРОГИ

Австралійські екологи запропонували унікальний спосіб утилізації кавової гуці – переробку у суміш для асфальту!

Щороку в Сідней накопичується близько 3 000 тон відходів із кави, тож інженери-екологи довго шукали безпечний спосіб повторного використання цього ресурсу.

Спільно з колегами із технологічного університету Суїнберн та дослідниками з Китаю і Таїланду австралійці створили концепцію перетворення кавових відходів у будівельний матеріал. Якщо подрібнені уживані цеглу, скло і бетон можна застосовувати для будівництва доріг, то чому б не зробити це з кавою, розглядаючи її як технічний матеріал?

Жмих з кави збирають і звозять на схід від Мельбурну, де відходи висушують в печі за температури 50°C впродовж п'яти днів. Потім сировину просіюють, щоб відфільтрувати будь-які грудочки, і сушать разом з різним шлаком, здебільшого з відходами від виробництва сталі. Отриману суміш – 70% кави та 30% шлаку – цементують рідким лужним розчином і пресують в циліндричні блоки. Як з'ясувалося при тестуванні, такий матеріал достатньо міцний, щоб стати основою для автодоріг.

КАВУ ДО
МОРОЗИЛКИ?

Витримання кавового зерна при низьких температурах значно підсилює смак і аромат напою.

Дослідники з Батського університету (Великобританія) мололи зерно при різній температурі – від кімнатної до наднизької (-196°C). Виявилося, що під час помелу холодного зерна (-22 і нижче) кава вдається смачнішою. Причина цьому: при охолодженні молекули тісніше притискаються одна до одної, що дозволяє домогтися більш інтенсивного смаку і аромату.

Аналітика

СТАН РИНКУ КАВИ

ОГЛЯД ОСТАННІХ ФАКТІВ І ЦИФР ЩОДО ГЛОБАЛЬНОЇ ТОРГІВЛІ КАВОЮ ВІД МІЖНАРОДНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ З КАВИ (ІСО)

Новини експорту:

**+1,6%**

збільшення експорту в перші вісім місяців кавового року 2015/16 (жовтень-червень), у порівнянні з аналогічним періодом 2014/2015 року

**9,32 МЛН МІШКІВ**

експортовано в травні 2016 року, в порівнянні з 9,99 млн за травень 2015

**71,53 МЛН МІШКІВ АРАБІКИ**

експортовано за 12 місяців із травня 2015 по травень 2016 року. За період 05.2014-05.2015 експорт арабіки склав 68,42 млн мішків

**42,35 МЛН МІШКІВ РОБУСТИ**

експортовано за 12 місяців (по травень 2016 року). Показник за такий же період 2014-2015 – 44,48 млн мішків

**-0,1%**

очікуване скорочення виробництва арабіки в світі у 2015/16 році

**+ 3,7%**

збільшення світового виробництва робусти у 2015/16 році

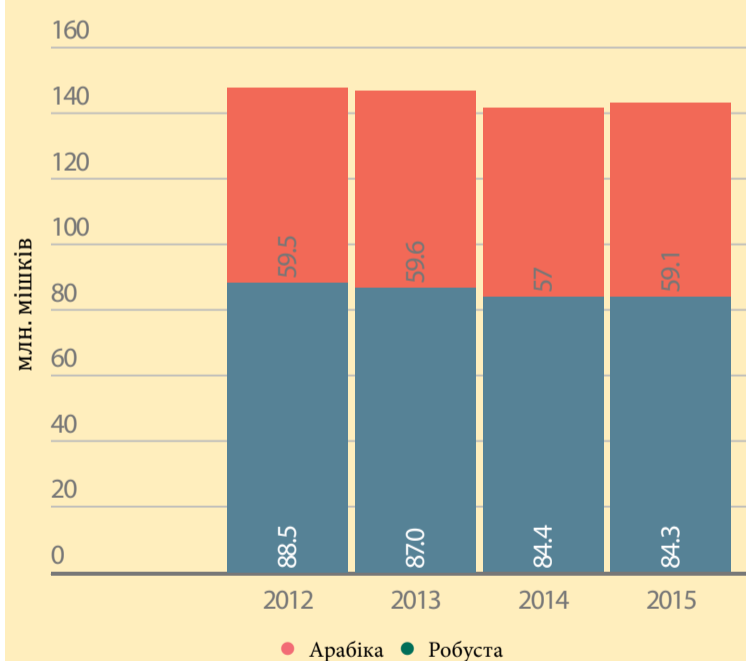
Виробництво кави:

**144,8 МЛН**

орієнтовна кількість 60-кілограмових мішків кави, вироблених в 2015/16 сільськогосподарському році

**+ 1,6%**

приблизне збільшення світового виробництва кави в 2015/16 році, у порівнянні з 2014/15 роком



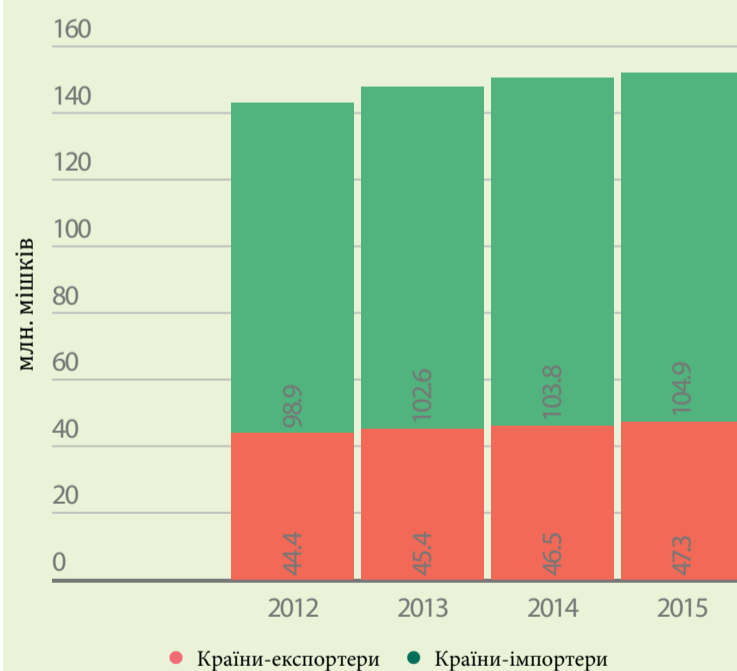
Світове споживання:

**152,1 МЛН**

приблизна кількість спожитих ринком 60-кілограмових мішків кави в календарному 2015 році

**+ 2,0%**

середньорічний темп зростання світового споживання кави з 2011 року



Новини медицини

КАВА ЗНИЖУЄ БІЛЬ
У М'ЯЗАХ ПІСЛЯ ТРЕНУВАНЬ

Дві порції кави перед інтенсивним тренуванням зменшують ризик виникнення м'язового болю після фізичних навантажень.

Колектив дослідників з університету Іллінойсу (США) відстежив, що юнаки, які в швидкому темпі позаймалися на велотренажері протягом години, не відчували болю в м'язах, якщо перед тренуванням отримали дозу кофеїну.

Цей чудодійний ефект спостерігався і у любителів кави, і у тих, хто зазвичай з настроженістю ставиться до кофеїнових продуктів. Тобто при постійному споживанні кави у людини не виробляється толерантність до безпечного ефекту кави.

Кофеїн може зменшувати м'язовий біль блокуючи активність хімічного компонента під назвою аденозин, що активує больові рецептори в клітинах людського тіла. На думку дослідників, кофеїн можна використовувати як безпечний засіб усунення м'язового болю і в професійному спорті, і серед шанувальників фітнесу.



Горнятко здоров'я

СОЛОДШИЙ ЗА ЦУКОР...

Сьогодні обов'язковим компонентом спортивної дієти є напої із кореню цикорію. Ефективність цього продукту у поєднанні з фітнесом доведена десятками досліджень. Тож чому цикорій радять дієтологи і тренери, й що за чудо є у нашому горнятку?

ЦІКАВА ХІМІЯ

Корінь цикорію використовують для лікування різних захворювань в народній і традиційній медицині. Унікальність дії цикорію на організм зумовлена властивістю компонентів рослини виводити токсичні речовини і надлишок холестерину, а також усувати м'язовий біль.

Цикорій — це вазодилататор (судинорозширюючий препарат), тож його призначають для лікування гіпертонії, унормування роботи серця та усієї судинної системи. Горня цикорієвого напою після кардіо-тренування — найкращі ласощі для серця! Тиск у судинах зменшується, тож тіло швидше повертається до спокійного режиму.

Цілющі властивості цикорію найбільш сильно проявляються при лікуванні захворювань шлунково-кишкового тракту і печінки, а також за проблем з шкірою.

Частиною раціону спортсменів цикорій став відносно нещодавно. Спершу — це був дієтичний продукт для діабетиків. Та у ході наукових досліджень виявилось, що інулін, який міститься у корені цикорію, є надзвичайно потужним стимулятором метаболізму. В шлунково-кишковому тракті людини інулін розчиняє фруктозу, при цьому не навантажуючи підшлункову залозу.

Напої з цикорію діють як діуретики (виводять зайву рідину з організму), чинять антимікробну, жовчогінну та протизапальну дію.

Значення цих властивостей посилюється відсутністю кофеїну, і, отже, цикорій не стимулює надмірно центральну нервову систему. Це робить його ідеальним напоєм до і після тренування, навіть вечірнього. Тож не дивно, що розчинний цикорій спершу став трендом у США, а далі поширився світом.

АНТИ-ЦУКОР

У корені цикорію міститься до 60% інуліну. Саме завдяки йому напій здається нам солодким, водночас, споживання

не призводить до збільшення рівню цукру в крові. Ця властивість важлива не тільки для діабетиків, а й для тих, хто хоче схуднути. Інулін пригнічує процеси засвоєння легких вуг-

Для того, щоб позбавитися від зайвої ваги, все ж необхідно зменшити калорійність щоденного раціону. Накопичений жир тіло почне використовувати для потреб в енергії. Та відгуки людей, які уже спробували додати до дієти цикорієві напої лише позитивні. Напій стає приємною звичкою, що допомагає поліпшити фігуру і відчувати себе впевнено і енергійно, замінивши традиційні гарячі чай та каву.

Однак слід пам'ятати, що додавання в напій цукру збільшує калорійність! Тож краще пити цикорій несолодким, додаючи натомість вершки або молоко, до смаку. Тоді можна отримати тільки переваги цілющого напою, адже із ним кальцій з набілу засвоюється в рази ефективніше.

КОЖНОМУ - СВІЙ

Традиційний напій: чайну ложку подрібненого кореня проварити у склянці води протягом 2-3 хвилин. Дати трохи настоятись, процідити. Для такого приготування найкраще підійде **"Цикорій мелений" від ТМ "Chicory world"**. Пити краще до їжі, а також до та після тренування, по невеличкому горняті.

Коли ж часу обмаль, то миттєво готуються цикорієві напої розчинні та гранульовані. Обирайте напої без додатків або з корисними доповненнями: "Класичний", "З женьшенем", "З шипшиною", "З чорницею", "Преміум" (сублімований). Серед асортименту ТМ "Chicory world" можна знайти варіант, що смакуватиме вам найкраще!



Філософія життя у каві



Кращі цитати з книги Макса Фрея "Кавова книга":

Еспресо — це життя. Гірчить, але бадьорить. Перший ковток може здатися несмачним, але, допивши горня, завжди захочеш іще, а на ще одне, скоріш за все, не вистачає часу...

Капучино — це закоханість. Спочатку терпко, потім солодко і легко, а на перевірку — все те ж життя. Та моменти, коли солодко і терпко, — найкращі. До речі, завжди можна просто з'їсти пінку і не пити, але це мало кому спадає на думку. Мабуть, справа все-таки в поєднанні.

Латте... — мрії, еспресо, розведене молоком надії, і пінка, пам'ятаєте, так? Та сама пінка, яка буває в капучино. Але немає кориці, немає тієї терпкості, що дозволяє відчути момент.

Ще є мокко — кава з гарячим шоколадом. Мокко — це меланхолія. Густа і тягуча. Але навіть в мокко є молоко. І солодкість, та, яку не знайдеш в еспресо. Її і відчуваєш лише з часом, і кожного разу не дуже розумієш, чому замовив саме мокко. Лиш потім згадуєш, в той момент, коли стає солодко.

Айріш, кава по-ірландськи... пристрась. Десь там, на самому дні, обпалює алкоголь. Можна перемішати, тоді він практично не відчувається, звісно, якщо кава приготована правильно. Але він все одно є, і все одно неминуче ти п'янієш. До речі, гіршим від поганого еспресо може бути тільки невдалий айріш.

Рістретто. Рістретто — це смерть. Коли все життя — одним ковтком. Випиваєш, просиш рахунок і йдеш. Зазвичай так.

А любов? Справжня любов — це кава, яку вариш вдома зранку. Мелена, краще вручну. З корицею, мускатним горіхом і кардамоном... Кава, поряд з якою треба стояти, щоб не втекла, інакше безнадійно зіпсується смак. Треба простежити, щоб вона піднялась тричі, потім налити ложку холодної води в джезву, почекати кілька хвилин, щоб осіла гуща. Кава, яку наливаєш в старе улюблене горня і п'єш, відчувачи та насолоджуючись кожним ковтком.

Кавова класика

ОХОЛОДЖУЮЧИЙ FRAPPE

Ідеальна кава для літа — прохолодний напій-коктейль із великої кількості молока і кави. Придумали його у Греції, та надпопулярним він став в теплих країнах. Холодне фраппе подають у всіх кафе і ресторанах курортних містечок. П'ють напій зазвичай дуже довго, розтягуючи задоволення.

За історичними відомостями фраппе вигадав грек Дімітріос Вакондіос, працівник однієї з кавових компаній. Він захотів випити кави на торговій ярмарці, але не знайшов окропу.

Тож спробував розчинити каву в холодній воді дуже довго помішуючи. Так випадково було створено новий напій.

Приготувати справжнє фраппе досить легко. Для цього знадобиться готове еспресо, цукор, вода, молоко і міксер. Фраппе буває солодким — gluco (три-чотири ложки цукру), помірно солодким — metrio (одна-дві ложки цукру), несолодким — sketo, до нього цукор не додають.

Приготування: з'єднати цукор, каву та воду. Для того щоб отримати ідеальну пінку — рівну, щільну, густу — воду додавати у пропорції 5 чайних ложок на кожну чайну ложку меленої кави "Еспресо Преміум" від ТМ "Галка". Якщо готувати напій у кавоварці, то слід обрати не еспресо, а рістретто.

Далі збивати міксером, достатньо довго, поки на поверхні не почне утворюватися пінка. Це — головне в фраппе.

Коли пінка готова, в склянку покласти кілька кубиків льоду, долити до половини обсягу молока, викласти піну на поверхню, й влити каву. Вона змішається з молоком, пройде крізь піну, що створює неперевершений смак. На завершення в напій вставити трубочку і краще одразу подавати.

Традиційна пропорція для фраппе: допп (подвійний еспресо з 14 г кави тонкого помелу і 50-60 мл води), 100 мл холодного молока (3,0-3,5 % жирності), 3-5 кубиків льоду. Також урізноманітнити смак фраппе можна різноманітними доданками: шоко-

ладом, морозивом, вершками, медом, горіхами, фруктами і ягодами.

Смачного!



 Світ кави

4 ПРИЧИН ПИТИ ПО КАВІ ЩОДНЯ

1. Кава зменшує ризик серцево-судинних захворювань і не призводить до інфаркту. Гіпертоніки (страждають від підвищеного тиску), зазвичай відмовляються від кави, побоюючись, що вона тільки посилить недугу. Проте дослідження Каліфорнійського університету з'ясувало, що ніякого зв'язку між вживанням кави і ризиком інфаркту немає. Спостерігаючи за 27 тисячами жінок впродовж 15 років, вчені з'ясували, що вживання трьох порцій кави щодня, навпаки, знижує шанси появи проблем із серцем на 24%.

Кава дійсно разово підвищує кров'яний тиск, проте не викликає регулярних проблем з тиском. Такий ефект надають антиоксиданти, що містяться в зерні.

2. Це профілактика виникнення деяких видів раку. У 1980 році провокацією стала теорія буцімто кава може викликати рак підшлункової залози. Остаточо її спростували лише в 2007 році: вчені простудіювали понад 60 наукових робіт і виявили, що сама кава не є канцерогеном. Швидше за все, цю роль виконують сигарети — часті супутники кавоманів. Обстеження 59 тисяч жінок в Швеції підтвердило, що жодного зв'язку між споживанням кави і раком грудей немає.

Більш того, натуральна кава здатна запобігти раковим захворюванням. Японські медики, які вивчали здоров'я 90 тисяч чоловіків і жінок, заявили: у



тих, хто споживає 2-3 чашки кави на день, ризик захворіти на рак печінки набагато менший, ніж у тих, хто уникає міцного напою.

3. Бадьорить і покращує настрій — і це доведено науковий факт! Кава додає енергії, дарує відчуття радості, покращує увагу та концентрацію. Однак для такого ефекту споживати каву треба регулярно. Від двох до чотирьох чашок в день достатньо для того, щоб знизити ризик появи депресії. Хоча лікарі попереджають: якщо у вас все-таки почалися проблеми психологічного характеру, від кави краще відмовитися.

4. Кава допомагає зняти втому після сильних навантажень. До такого висновку дійшли спортивні лікарі, які підбирали засіб, що допоміг би атлетам швидше відновлюватися після тренувань. Додавши кофеїн в спеціальний спортивний напій, медики переконалися, що він збільшує здатність організму відновлювати м'язовий тонус на 60%. Очевидно, кофеїн допомагає тілу всмоктувати вуглеводи швидше і ефективніше, що й тонізує м'язи.

На ринку кави — кілька тисяч сортів й сотні видів! Яку ж обрати — питання не з легких. Усе дуже індивідуально, та є кілька хитрощів, що допоможуть вам знайти ідеальний купаж.

Арабіка та робуста

Всю каву готують з зерна двох видів. Та робусту переважно використовують тільки в суміші з арабікою — кава лише із робусти менш ароматна, проте коштує значно дешевше. Справа в тому, що в кожній місцевості арабіка набуває смако-ароматичних особливостей ґрунту, води і т. д. Тож кожен сорт неспроста носить найменування із назвою місцини, гори, міста, країни, навіть порту, з якого відвантажують зерно. Наприклад, одна із кращів — **“Арабіка Бразилія Сантос”**. Тобто це кава виду арабіка, вирощена в Бразилії і відвантажена з порту Сантос, а от придбати її та інше зерно можна в інтернет-магазині galca-shop.com.ua, або ж у мережі фірмових крамниць. Продавці-консультанти ще й підкажуть які сорти варто між собою поєднувати, аби ваша кава була справді неповторною.

Обираємо аромат?

Натуральною називають тільки дві групи кави: в зернах і мелену. Остання дешевша, у порівнянні з зернами, як правило, це суміш сортів кави з різних країн чи врожаїв. Мелена кава буває із кофеїном або декофеїнізована, а також ароматизована чи з натуральним запахом. Деякі сорти набувають особливих нот самостійно. Наприклад, сорт **“Блу Маунтін”** вириває під час транспортування в бочках з-під рому. Варіантів синтетичних ароматизаторів — просто безліч. Найбільш популярним серед споживачів є ванільно-горіховий. Хоча справжні поціновувачі купують каву тільки неароматизовану, адже майстерно підібрані купажі різного зерна (як от у меленій каві від ТМ **“Галка”**) мають неповторний розкішний природний смак та аромат, у тисячі разів кращій, аніж синтетичні суміші. До прикладу, **мелена кава “Гердан”** настільки самобутня, що істинний кавовий гурман відрізнити її з-поміж десятків інших із першого ковтка!

Багато чи трішки

Розподіляють зерно за трьома підвидами по якості: вищий сорт (тільки арабіка), перший і другий (арабіка або її суміш з робустою). На жаль, аромат і смак меленої кави починає погіршуватися відразу після помелу. Та й щойно ви розкрили вакуумну упаковку... В ідеалі зерно для найсмачнішої кави потрібно молоти лише перед приготуванням та й по дрібці, на одну-дві порції й не більше. Водночас зерно у домашніх умовах починає втрачати свої властивості уже за тиждень зберігання, тож фахівці радять купувати на раз не більше 250 грамів зерна. Саме тому цю міру ваги було прийнято як стандарт більшістю виробників. ТМ **“Галка”** усю мелену каву фасує невеликими порціями, якраз максимум — 250 грамів. Для особливих прихильників свіжозмеленої кави створено збалансовані купажі зерна **“Арабіка”** та **“Робуста”**. Зручна упаковка дозволить молоти зерно відповідно до



власних потреб, при цьому оптимально зберігаючи унікальний смак та аромат.

Дрібно або грубо змелена

Позначка про помел на упаковці кави — перша з ознак, що виробник справді майстер своєї справи. Її придумали ставити не спроста. Від коригування помелу залежить смак напою. Як не дивно, та одне й те ж зерно змелене на різні часточки — смакуватиме зовсім по-іншому! Ще й аромат, й колір кави відрізняться.

Правильна величина помелу кави залежить від того, яким способом її готуватимуть. Грубий або ж крупний помел — зерно подрібнюють впродовж 10 секунд (час вказано для звичайної електрокавомолки). Часточки — розміром до 0,8 мм. Такий помел підійде для приготування в поршневій та гейзерній кавоварках. Час екстракції — до 6-8 хвилин.

Середній помел — подрібнення впродовж 13 секунд. Час екстракції — 4-6 хвилин. Такий варіант універсальний, вдалий для багатьох способів заварювання.

Тонкий або дрібний — час помелу 15-20 секунд. Настоявання — 1-3 хвилини. Ідеальний для кавоварок з фільтрами, а також для запарювання у горнятї. Його взято за основу більшості купажів від ТМ **“Галка”**, тож кожен гурман зможе знайти ідеальну для себе каву, незалежно від можливостей приготування: чи для крутої кавоварки, чи для простого заливання окропом одразу у горнятї. Смак доброї кави зіпсути просто неможливо!

Помел для еспресо найдрібніший. Так подрібнити зерно вдома неможливо, все ж доведеться звернутись у магазин із професійними млинками або підібрати відповідний варіант готової меленої кави. Цей помел схожий у роз-

мірах на борошно. З нього також часто варять турецьку каву в джезві, на піску. Прихильникам такої кави варто спробувати каву **“По-східному”**. Любов з першого ж ковтка — гарантовано!

Як розпізнати якість?

За ціною та упаковкою. Вартість часто визначається смаково-ароматичними властивостями зерна, рідше — його унікальністю. До прикладу, явайська арабіка **“Блу Маунтін”** дорога лиш тому, що росте у складному для вирощування місці — на вершині гори.

Упаковка теж розкриє усю правду про каву. Добрий виробник не економитиме на матеріалах, адже одне поранення чи недосконалість вакуумного пакування і зерно втрачає смак та запах. Якісну каву також не запакують в пластикова банку — тільки скло або спеціальна оброблена жерсть.

Якщо купуєте мелену каву вперше — ретельно огляньте сухий продукт. У дешеву каву підсипають глину, пластмасу, крохмаль... Аби переконатись у порядності виробника покладіть дрібку кави на аркуш білого паперу, розрівняйте і переконайтесь, що немає частинок іншого кольору чи структури. Як варіант насипте трохи кави у холодну воду. Мелене зерно триматиметься на поверхні, а домішки через деякий час осядуть на дні, злипнуться або ж забарвлять воду. А щоб не хвилюватись чи кава добра, й не перетворюватись на хіміків-експериментаторів достатньо просто купувати перевірену каву ТМ **“Галка”** у офіційних магазинах. Насвіжіша кава, одразу зі складу, на galca-shop.com.ua.

Й не соромтесь нюхати каву, навіть у магазині. Сильний приємний аромат і відсутність згірклих нот — ось найкращі ознаки свіжості.

Вдалого вибору!