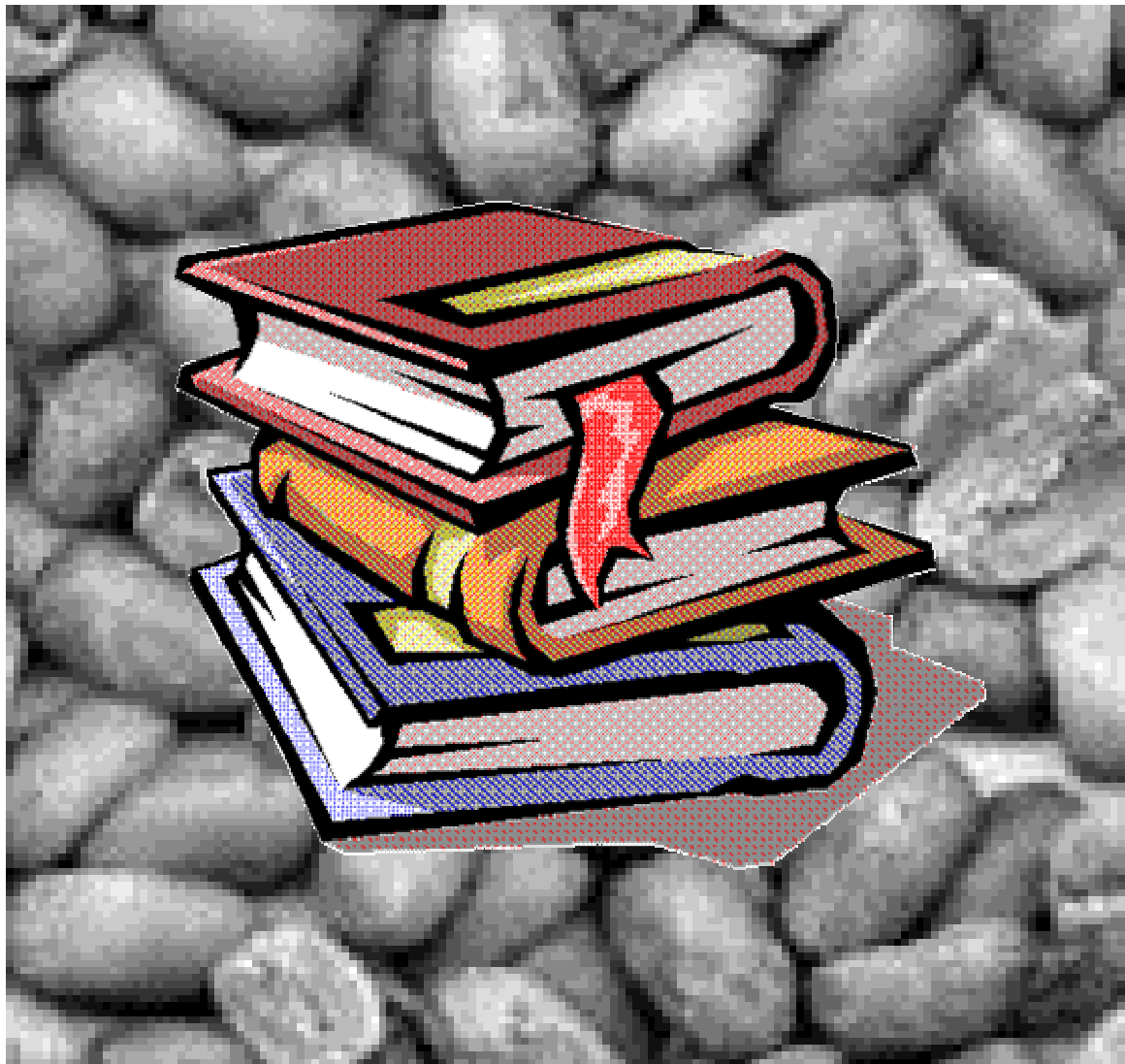


ESPAÑICA

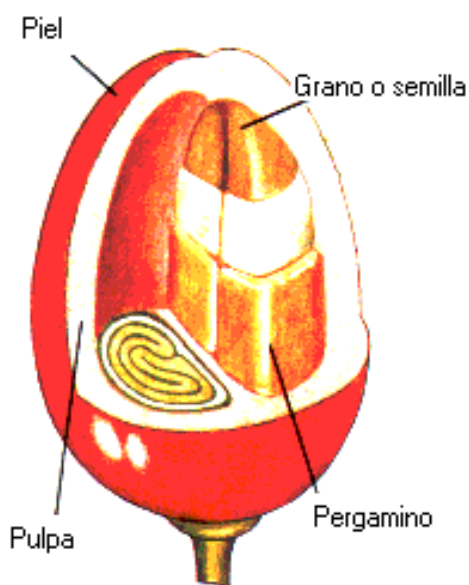
ESCUELA DEL CAFÉ



EL CAFÉ.

El cafeto es un arbusto de la familia de las rubiaceas, de hojas perennes y puntiagudas de color verde oscuro y flores blancas con olor a jazmín. En estado silvestre, pueden llegar a alcanzar entre 6 y 10 m. de altura, pero en cultivo no suelen pasar de los 2 ó 3 m. El arbusto, con una vida útil de unos 30 años, comienza a producir frutos entre los 3 y 5 años después de su siembra. Los frutos, normalmente llamados *cerezas*, maduran en un plazo de 8 a 10 meses después de la floración. Cada fruto suele contener en su interior dos semillas, que son los granos de café. Cuando el fruto sólo tiene un grano, éste recibe el nombre de *caracolillo*.

La cereza que contiene los granos adquiere un color rojizo cuando está a punto para ser cosechada. La piel roja envuelve una pulpa carnosa, bajo la cual hay una sustancia gelatinosa y azucarada que es el mucílago; éste protege a su vez una cascarilla denominada *pergamino*, dentro de la cual están los granos, envueltos por una película plateada.



Aunque existen cerca de 25 variedades de la planta del café, sólo dos de ellas se cultivan de manera comercial: las variedades **ROBUSTA** y **ARÁBICA**.

Cualquiera de ellas exige un clima tropical para su crecimiento, ya sea en las selvas africanas, en las planicies brasileñas o en las montañas de Centro y Sudamérica. El cafeto necesita grandes cantidades de lluvia y terrenos ricos en nutrientes y bien drenados (por ejemplo, los suelos volcánicos). Por su parte, los cafés Robusta se adaptan mejor al calor y humedad ecuatoriales, mientras que los Arábicas prefieren los climas suaves, como el de alta montaña, con temperaturas entre 15 y 24°C.

Se considera que la calidad del café y la altitud a la que se cultiva están íntimamente relacionadas porque ésta incrementa la acidez del grano, mejorando su gusto al paladar, y porque el frío nocturno de la montaña ralentiza el crecimiento de la planta, lo que le permite alcanzar la plenitud de sus cualidades. Atendiendo a este factor, los cafés Arábica se designan con el nombre de *Washed* (Lavado), para los cultivados por debajo de los 1000 m; *Hard Bean* o *High Grown* (HG), entre 1000 y 1500 m. y *Strictly Hard Bean* o *Strictly High Grown* (SHG), en alturas por encima de los 1500 m.

HISTORIA

El origen del café se sitúa en la región de Kaffa (Etiopía), allá por el siglo III, desde donde, y a lo largo de un milenio, los árabes lo fueron extendiendo a lo largo de sus rutas comerciales y de peregrinación hacia La Meca. Para los siglos XV y XVI, el café ya se podía encontrar en lugares como Yemen (cuya capital, Moka, daría nombre a un tipo de café), Indonesia y Turquía. Desde estos primeros centros de distribución, el café es introducido en Europa por los comerciantes venecianos y holandeses, con tal éxito que, en el siglo XVIII el consumo se ha generalizado ya en todo el continente. En ese mismo periodo, el cultivo del café salta el Atlántico, primero hasta las Antillas, y después se propaga por toda la América tropical. Será ya a finales del siglo XIX y principios del XX cuando las potencias europeas generalizan el cultivo en sus colonias asiáticas y africanas, terminando de conformar el amplio mapa de países productores con que contamos en la actualidad.



VARIETADES DEL CAFÉ

Ya hemos mencionado anteriormente las dos variedades principales de la planta del café: Arábica y Robusta. Sepamos más sobre ellas y sus diferencias:

El **café Arábica**, originario de Etiopía, es, de los dos, el de **mayor calidad** (si bien, dentro de los Arábicas se pueden distinguir notorias diferencias según su procedencia, altitud de cultivo y método de procesamiento). Es un café **suave y aromático**, con **bajos índices de cafeína** y que puede beberse sin mezclarse con otras variedades. Su cultivo –aunque más costoso y delicado debido a su poca resistencia



al calor, las plagas y los cambios meteorológicos bruscos–, representa el 70% de la producción mundial, siendo Colombia el mayor exportador.

El **café Robusta** procede del Zaire (Africa ecuatorial) y suele emplearse mezclado con Arábica para hacer más fuerte su sabor y abaratar su precio. También se utiliza para producir el café instantáneo. Es un café más **fuerte y amargo** y con un **contenido muy superior en cafeína** al del Arábica. Como crece a baja altitud y es más resistente a las plagas y a la intemperie, su cultivo es más fácil, menos costoso y arroja mayores beneficios. Brasil es el mayor productor del mundo de café Robusta de bajo precio.

TRATAMIENTO DEL CAFÉ: Cafés Lavados y No Lavados.

Una vez se han recolectado los frutos del cafetal, han de ser procesados por uno de dos métodos. En función de si se emplea agua o no en su procesamiento, los cafés se clasifican en LAVADOS y NO LAVADOS.

El **Método Húmedo**, que da lugar a los cafés Lavados, es el más costoso y complejo y se emplea principalmente con los cafés Arábicas de alta calidad, para conservar todas sus propiedades. No es extraño, por tanto, que los cafés más caros – y también los mejores– sean los Arábicas Lavados.

El **Método Seco**, más sencillo y barato, se aplica a semillas de menor calidad, principalmente en lugares con mucho sol. El grano arábica de Brasil se procesa por este método, consistente en extender los frutos en capas delgadas para que se sequen al sol durante 3 ó 4 semanas, rastrillándolos de vez en cuando, hasta que la pulpa quede desecada. En ese momento, se procede al descascarillado de los granos de café.

El *Método Húmedo*, por su parte, consta de varias fases:

1ª Fase: BENEFICIADO HÚMEDO: Tiene 3 etapas:

- DES PULPADO.- Mediante una máquina de fricción llamada *despulpadora* y bajo un chorro de agua, se separa la pulpa o parte carnosa del fruto de los granos que contiene. Este paso debe realizarse dentro de las 24 horas inmediatas a la recolección
- FERMENTACIÓN.- Los granos se dejan en remojo durante un periodo que oscila entre las 8 y las 36 h. según la temperatura ambiente, para que comiencen a fermentar, a fin de potenciar sus características de aroma y sabor.
- LAVADO.- Tiene por objetivo interrumpir la fermentación, limpiar todas las impurezas que todavía puedan quedar sobre el grano y eliminar los granos enfermos.



2ª Fase: BENEFICIADO SECO:

Los granos de café, recubiertos ahora tan sólo por el *pergamino*, se deja secar al sol y se trillan. Cuando están adecuadamente secos, el café en este punto se denomina *Café Pergamino* y es el estado ideal para almacenar el grano hasta su exportación.

3ª Fase: DESCASCARILLADO, PULIDO Y CLASIFICACIÓN.

El último paso, a realizar antes de la exportación o comercialización interior, consiste en eliminar el pergamino de los granos, pulirlos para eliminar los últimos restos de membranas –estos dos pasos se realizan con máquinas– y clasificarlos mediante cribas.



El café resultante, en uno u otro proceso, es lo que denominamos **Café Verde**.

LA CAFEINA

Se trata de un alcaloide presente en el café, el té, el cacao, el mate y otros vegetales. En **dosis moderadas** puede ser altamente beneficiosa por sus propiedades como estimulante cardiaco y del sistema nervioso (agudiza la percepción, estimula la memoria, reduce la sensación de cansancio), su carácter diurético y vasodilatador y sus efectos como antídoto frente a los analgésicos y el alcohol. Tomada en **dosis altas**, en cambio, la cafeína provoca nervios, insomnio, irritabilidad y alteraciones cardiacas.

Dado que la cafeína no afecta por igual a todas las personas, la **descafeinización** permite disfrutar del café a quienes son más propensos a sufrir con sus efectos negativos.

El proceso consiste en extraer hasta el 98% de la cafeína contenida en los granos de café verde mediante el uso de agentes extractantes, como, por ejemplo, **CO₂**, **acetato de etilo** o **cloruro de metileno**. Un método alternativo permite la descafeinización mediante soluciones acuosas, con el inconveniente de que el grano pierde todo su sabor y se hace necesario reintegrárselo después por pulverización. La cafeína ha de separarse posteriormente del agente extractante mediante resinas iónicas, carbono activado o destilación.

La cafeína en bruto, así extraída, es utilizada posteriormente por laboratorios farmacéuticos y fabricantes de bebidas gaseosas.

Algunas opiniones rechazan la descafeinización por ser un proceso muy contaminante que consume mucha energía. El proceso con cloruro de metileno aumenta el número de detractores al ser éste un agente cancerígeno suave, si bien la industria asegura que los residuos de esta sustancia presentes en algunos descafeinados son tan mínimas que no suponen peligro alguno.

En este punto, no estará de más recordar que el contenido de cafeína varía con la calidad del café: apenas el doble que un descafeinado en los mejores cafés **Arábigas** (los más suaves y caros) y hasta 12 y 20 veces más en los de variedad Robusta (los más fuertes, baratos y perjudiciales para la salud).

EL TOSTADO: Café Natural y Café Torrefacto.

El tostado es la operación que permite que el café verde –las semillas crudas, duras e insípidas– se conviertan en los granos aromáticos y plenos de sabor con los que prepararemos la infusión.

Las reacciones químicas provocadas por el tostado evaporan la humedad del grano, convierten el almidón en azúcar y, mediante la descomposición de las proteínas, desarrollan unos aceites solubles –el cafeol–, que contienen los sabores y aromas del café.

Cuando el café se tuesta sólo, sin ningún ingrediente añadido, se dice que es **Tueste NATURAL**.

Si, por el contrario, le añadimos azúcar blanquilla durante el proceso, se le llama **Tueste TORREFACTO**. El azúcar se transforma en caramelo, se requema y recubre el grano a la manera de una capa negra y brillante.

La infusión preparada con Café Torrefacto es, por efecto del azúcar quemado, más fuerte y amarga de sabor y de color más oscuro que la preparada con el Café Natural. Este tipo de tostado –que los expertos descalifican porque deforma los rasgos originales del café– solamente se utiliza en España, Portugal y algún lugar de Sudamérica.

PREPARANDO UNA TAZA DE CAFÉ.

La taza ideal requiere **moler el café** justo antes de preparar la infusión, por lo que es conveniente comprarlo en grano. El café en grano debe guardarse en un **recipiente hermético** dentro del frigorífico –o mejor aún, en el congelador–, para evitar que se oxide. La misma precaución, y con más motivo, debe tomarse si se compra el café ya molido, tan pronto se abra el paquete que lo contiene al vacío.

Recuerde **preservar el café** en todo momento de la humedad, el calor, el aire y la luz, factores que perjudican su aroma y sabor.

El mejor método de preparar café es el de *cafetera abierta* o *puchero*, que precisa un molido del grano más bien grueso. La *cafetera de émbolo* es igualmente recomendable, utilizando el mismo grosor de molido. Con estos dos sistemas se consigue preservar todos los aromas y sabores del café, siempre que se siga una sencilla regla: no verter nunca el agua hirviendo sobre el café –el agua se llevará a ebullición, se retirará del fuego y, una vez haya dejado de hervir, se añadirá al café molido–.

La *cafetera italiana* requiere un molido medio. Con ella se obtiene una bebida muy aromática que conserva el 25% aproximadamente de las propiedades del café.

La *cafetera de filtro*, tipo Melitta, necesita también un molido medio y proporciona una infusión suave en aroma y sabor que mantiene el 16-18% de las propiedades del café.



El método *espresso*, consistente en someter el café finamente molido (aunque no pulverizado) a la presión del agua y el vapor que lo atraviesa, permite obtener una taza de sabor concentrado y mucho cuerpo, coronada por una emulsión de grasas aromáticas –la crema–. Tan excelente resultado, sin embargo, depende mucho de la habilidad de quien use la máquina y de la capacidad de ésta para producir la presión y el vapor adecuados.

Sea cual sea el método elegido, ha de prepararse únicamente la cantidad de café que se vaya a consumir en el acto. Nunca debe recalentarse el café sobrante y, especialmente, debe evitarse que la infusión hierva, pues esto elimina los sa-

bores y aromas del cafeol y multiplica el amargor.

En cuanto a la preparación del **café con leche**, se recomienda utilizar la variedad desnatada o semidesnatada, porque las grasas de la leche entera enmascararían las sutilezas del café. En cualquier caso, la leche debe añadirse caliente, pero nunca hervida.

Un último consejo: **cuando limpie su cafetera** no utilice jabones ni detergentes; lávela simplemente con agua pura.

LA IMPORTANCIA DEL CAFÉ: Mercado y Multinacionales.

El café es, después del petróleo, la materia prima que más dinero mueve en el mundo. Veinticinco millones de campesinos productores dependen directamente de su cultivo para subsistir, en tanto otros setenta y cinco millones de personas se ocupan en las tareas de su manipulación y comercio.

Partiendo de estos datos no es difícil llegar a la conclusión de que hay muchas naciones cuya economía se sustenta en mayor o menor medida en su capacidad de producción y exportación de café, lo que –en el caso de las más dependientes, como Colombia, cuyos ingresos en divisas proceden en más de un 50% de la venta de café– les hace muy vulnerables a las fluctuaciones del precio que este producto tiene en el Mercado internacional; un valor éste que se fija periódicamente en las bolsas de Londres y Nueva York, centros desde donde el Norte industrializado dicta las reglas del juego de la política económica mundial, que le permite dominar a los pueblos del Sur mediante mecanismos tales como las barreras arancelarias que impiden a los países productores avanzar hacia un mayor procesamiento de sus materias primas.

En el caso del café, son las empresas transnacionales las que controlan las fases más rentables del ciclo: fijación de precios, procesamiento industrial y distribución; en tanto los países exportadores –a excepción de Brasil– participan únicamente en la producción, tratamiento básico y venta del grano verde.

A modo de ejemplo, es un hecho que las sumas de dinero que las multinacionales del café (Nestlé, General Foods, etc) emplean en publicidad son ya, por sí solas, muy superiores a las que esas mismas compañías pagan a los productores por el café verde. Se estima que este monto que reciben los campesinos del Tercer Mundo no representa normalmente más de un 3-5% del precio que paga el consumidor final. Una cantidad que, en la mayoría de las ocasiones, apenas compensa sus costos de producción y los deja en una difícil situación a la hora de atender las necesidades básicas de sus familias.

Como respuesta a tan intolerable situación, vienen surgiendo en Europa, desde hace años, iniciativas de Comercio Justo que, como ESPANICA, promueven la distribución en nuestros países de cafés de alta calidad, producidos por cooperativas cafetaleras del Tercer Mundo bajo los criterios de dignidad social y económica, respeto al medioambiente, igualdad de género y cero explotación infantil. La diferencia entre este comercio y el habitual es tanto como decir que el Comercio Justo permite al campesino recibir entre un 30 y un 40% del desembolso por paquete que hace el consumidor final.

En España –donde, bajo una gran profusión de marcas, el 75% del mercado se halla férreamente controlado por 3 multinacionales (Nestlé, Sara Lee y Kraft Jacobs Suchard)–, nos gastamos más de 720 millones de Euros al año en café, ese protagonista permanente de nuestros desayunos, sobremesas y reuniones. En nuestra mano está el hacer la elección correcta y convertirnos en *consumidores responsables*, conscientes de las repercusiones de nuestras compras.

¡Consume café de Comercio Justo!

EL CAFÉ DE NICARAGUA “ESPANICA”

Nuestro café pertenece a la variedad **Arábica lavado suave**, concebida como una de las de mayor calidad que hay en el mercado. Tiene un **bajo contenido en cafeína** –25 mg por taza; el menor, entre los no descafeinados–, es **digestivo** y posee un aroma único y característico.

El café, en Nicaragua –al igual que en unos pocos países centroamericanos–, **se cultiva bajo sombra**, es decir, protegido del sol por árboles en pequeñas extensiones montañosas. Dichos árboles son seleccionados para obtener la luminosidad adecuada y suelen ser productivos –cacao, laurel, banano... –, con lo que se contribuye a la reforestación y fertilidad de los suelos y se obtiene un mayor rendimiento. Además, con ello se mejora la biodiversidad, al servir de nicho ecológico para gran variedad de aves.

El café resultante es de calidad superior a aquellos cultivados en zonas despobladas y a puro sol, en grandes extensiones o en zonas bajas (como por ejemplo los de las grandes plantaciones del Brasil). Hay que recordar que el **CAFÉ DE NICARAGUA** se cultiva en altitudes que rondan los 1.500 metros de altura, lo que le proporciona una calificación internacional “**SHG**” (Strictly High Grown), una de las más elevadas. Es un café selecto, de cultivo intensivo en mano de obra y no mecanizable. Hasta tal punto es así, que los frutos del café –en cuyo interior se esconden los granos– se cosechan a mano, uno a uno, escogiendo únicamente los ya maduros, identificables en la planta por su característico color rojo encendido.

Por otra parte, es de resaltar que, al estar enclavados dichos cafetales en las propias comunidades que los producen, los campesinos, a fin de cuidar su medioambiente, **evitan la utilización de agroquímicos** (fertilizantes, insecticidas, fungicidas o herbicidas) empleando en su lugar abonos orgánicos y controles biológicos de prevención de plagas, como son las aves y otros enemigos naturales que viven –aspecto éste ya mencionado– en los árboles que dan sombra al café.

Este hecho ha permitido que los productores del CAFÉ DE NICARAGUA hayan presentado recientemente una línea de **Café Orgánico Certificado**, con el respaldo de los exámenes practicados por la certificadora BIOLATINA.

ESPANICA s.coop.mad.
c/ Puerto de Barcelona, 4
28821 – COSLADA (Madrid)
Tel.: 91-672.09.05
e-mail: espanica@nodo50.org
http://www.espanica.org

