

„Schlaue Graue“



Liebe schlaue Graue,

der Kaffee ist fertig!

Drei bis vier Tassen Kaffee täglich wirken sich positiv auf die Gesundheit aus, doch Achtung, auch beim Kaffee gilt: die Dosis macht das Gift. Jedoch scheinen Studien zufolge die positiven Auswirkungen von Kaffee die negativen zu überwiegen.

Welcher Kaffee ist für Sie der bekömmlichste, wo wird er angebaut und wie verarbeitet?

Mehr dazu erfahren sie in dem kostenlosen Online-Vortrag am 10. November 2022, ganz bequem von zuhause aus, bei einer klassischen Tasse Kaffee, bei einem Cappuccino, Espresso, Milchkaffee, Irish Coffee oder doch einer Tasse Tee.

In jeder Tasse Kaffee, die wir so ganz nebenbei, zum Frühstück, im Büro oder beim Nachmittagskuchen genießen, stecken jede Menge Arbeit, Einsatz und Leidenschaft vieler Menschen. Was verbirgt sich dahinter?

Zum fairen Anbau und Handel des aromatischen Getränks informiert Sie

Frau Edith Müller-Zimmermann
vom Weltladen in Gladenbach
am Donnerstag, den 10.11.2022, um 15:00 Uhr



Sie benötigen hierzu eine E-Mail-Adresse, einen PC oder ein Tablet mit Internetverbindung.
Und so geht's: Melden Sie sich unter **seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de** oder telefonisch unter 06421 405-6712 an, dann erhalten Sie eine E-Mail mit weiteren technischen Informationen und eine Kurzanleitung.

Wer lebt länger? Das Kaffee-Experiment:

Was denn nun? Ist Kaffee gesund oder schädlich? Über diese Frage gibt es bereits Diskussionen, seitdem der Kaffee im 17. Jahrhundert Europa erreichte.

König Gustav III. von Schweden wollte im 18. Jahrhundert beweisen, dass Kaffee schädlich ist. Deshalb begnadigte er zwei zum Tode verurteilte Zwillinge, von denen der eine fortan Tee, der andere Kaffee trinken sollte. Der Kaffeetrinker sollte gemäß der Annahme, dass Kaffee die Gesundheit gefährdet, vor seinem Zwillingenbruder sterben. Das Experiment ging leider nach hinten los und die These wurde eindrucksvoll durch die Tatsache widerlegt, dass der teetrinkende Bruder den Löffel vor seinem kaffeetrinkenden Zwilling abgab. Als der Teetrinker starb, war er zwar über 80 Jahre alt. Der Kaffeetrinker überlebte ihn aber trotzdem noch.

Der Kaffeetrinker überlebte übrigens nicht nur seinen Bruder, sondern auch die betreuenden Ärzte sowie König Gustav III. selbst, der bei einem Attentat ums Leben kam.

Eine unterhaltsame Anekdote zum Thema, auch wenn der Wahrheitsgehalt sich nicht mehr genau nachprüfen lässt.

Aus dem äthiopischen Hochland in die ganze Welt:

Der Ursprung des Kaffeeanbaus ist historisch nicht dokumentiert. Der Brauch, ein heißes Gebräu aus gerösteten Kaffeebohnen zu trinken, soll jedoch aus Äthiopien stammen.

Ein Ziegenhirte mit dem Namen Kaldi hat der Legende nach im Südwesten Äthiopiens im 9. Jahrhundert beobachtet, dass seine Ziegen, die von den kirschähnlichen Früchten eines kleinen Baumes naschten, nachts herumtollten und nicht müde zu werden schienen. Er probierte im Selbstversuch von den Früchten, um der Sache auf den Grund zu gehen. Schnell stellte sich ihre stimulierende und erfrischende Wirkung ein und er erkannte die anregende Wirkung des Kaffees. Die Legende berichtet auch, dass ein Kaffeezweig mit Früchten ins Feuer fiel und einen herrlichen Duft verbreitete: möglicherweise die Geburtsstunde der Kaffeeröstung.

Von Äthiopien aus gelangte der Kaffee vermutlich durch Sklavenhändler nach Arabien. Zunächst wurde er nur wegen seiner anregenden medizinischen Wirkung geschätzt, erst im 15. Jahrhundert entdeckten die Araber den Kaffee dann auch als Genussmittel.

Reisende berichteten von dem neuen Getränk und brachten kleine Mengen Kaffeebohnen als Souvenir mit. Zu Beginn des 17. Jahrhunderts fand die reiche Elite Europas Geschmack am Kaffee. In mehreren großen Städten Europas: in Venedig, Paris, Amsterdam, Den Haag, London, Oxford und Marseille, wurden zwischen 1654 und 1672 Kaffeehäuser eröffnet. Für die ärmeren Bevölkerungsschichten war Kaffee jedoch unerschwinglich.

Auch in Deutschland war der Kaffeeconsum aus preislichen Gründen auf wohlhabende Bevölkerungsteile beschränkt. Das einfache Volk musste sich mit preisgünstigen Ersatzprodukten aus Zichorie oder Malz begnügen. Ab Mitte des 19. Jahrhunderts avancierte der Kaffee dann zunehmend zum Volksgetränk.



Foto: pixabay

Kaffeesatz sollte man nicht entsorgen, man kann ihn noch vielfältig einsetzen. Dazu einfach das Kaffeepulver auf einem Teller ausbreiten und trocknen, damit kein Schimmel entsteht, und dann im Haushalt oder Garten weiter verwenden:

- Frischer Kaffeesatz neutralisiert unangenehme Gerüche. Wenn die Hände nach Zwiebel riechen, einfach Kaffeesatz zwischen den Fingern verreiben und danach die Hände gründlich waschen.
- Eine kleine Schale Kaffeesatz im Kühlschrank vertreibt muffelnden Käsegeruch.
- Das funktioniert auch mit muffelnden Schuhen. Das getrocknete Pulver über Nacht in die Schuhe streuen und am nächsten Tag ausklopfen.
- Wespen und Mücken können uns die schönsten Sommertage im Garten gehörig vermiesen, mit getrocknetem Kaffeesatz lassen sie sich ganz einfach vertreiben. Den Kaffeesatz in eine feuerfeste Schale füllen und anzünden. Der Rauch mit dem typischen Kaffeegeruch wird die Störenfriede schnell in die Flucht schlagen.

Kaffee-Nuss-Schnitten:

Zuerst 2 EL Instant-Kaffeepulver in 2 EL heißem Wasser auflösen und abkühlen lassen.

100 g Nüsse nach Wahl (fein gehackt)

280 g Mehl

3 TL Backpulver

140 g Zucker

1 Prise Salz

1 Prise Zimt

in einer Schüssel mischen.

2 Eier

250 g Joghurt natur

6 EL Sonnenblumenöl

und den abgekühlten Kaffee in einem Rührbecher gut verquirlen.

In die Mischung der trockenen Zutaten eine Mulde drücken, die flüssige Eimischung hineingießen und verrühren.

Den Teig auf ein kleines Backblech streichen oder in Muffin Förmchen geben und mit ca. 50 g grob gehackten Nüssen bestreuen. Bei 180° Umluft ca. 20 Minuten backen.

Nach Belieben mit Kuvertüre verzieren und mit Vanillesahne servieren.



Foto: Petra Weckesser-Dawedeit

„Aber Herr Ober, der Kaffee ist ja kalt!“
 „Gut, dass Sie mir das sagen mein Herr! Eiskaffee kostet nämlich einen Euro mehr...“

Finden Sie die 25 versteckten Worte zum Thema Kaffee?

K	A	F	F	E	E	S	A	T	Z	I	M	T
A	E	V	O	L	L	A	U	T	O	M	A	T
F	P	A	W	B	A	R	I	S	T	A	M	D
F	U	H	K	O	F	F	E	I	N	R	I	G
E	R	J	L	H	E	I	S	S	M	A	L	Z
E	X	K	A	N	N	E	N	M	I	B	C	F
K	E	Z	K	E	S	P	A	D	L	I	H	I
I	S	A	H	N	E	V	B	S	C	C	K	L
R	P	M	Z	U	C	K	E	R	H	A	A	T
S	R	O	B	U	S	T	A	P	U	M	F	E
C	E	K	T	R	I	N	K	E	N	O	F	R
H	S	K	R	T	M	R	O	E	S	T	E	N
E	S	A	E	M	O	S	T	A	S	S	E	A
S	O	B	C	A	P	P	U	C	C	I	N	O

Kaffee Dalgona: (Ursprung; vermutlich Indien)

4 TL lösliches Kaffeepulver

4 TL Zucker

4 TL Wasser (heiß)

200 ml Milch

Lösliches Kaffee- oder Espressopulver zusammen mit Zucker und heißem Wasser in eine Schüssel geben. Mit einem Handrührgerät so lange schlagen, bis sich eine dicke und cremige Kaffee-Masse gebildet hat. Auf kalter oder heißer Milch servieren und genießen.

Ein Mann bestellt nun schon den zehnten Kaffee.

Fragt der Kellner: „Haben sie eigentlich nie Probleme mit dem Einschlafen, wenn Sie so viel Kaffee trinken?“

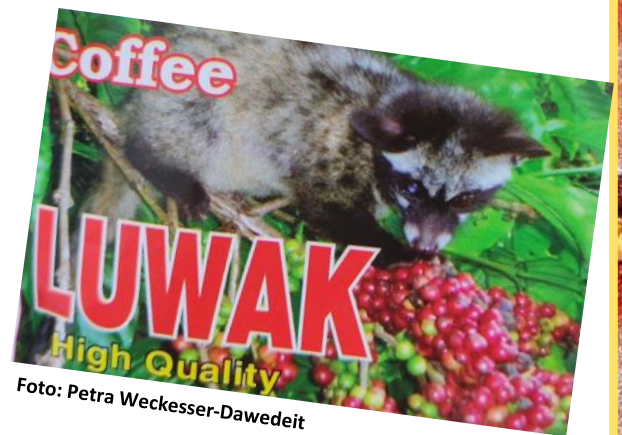
Gast: „Och, mit dem Einschlafen ist das immer so: Ich zähl bis drei und dann schlaf ich meistens.“

Kellner: „Sie zählen bis drei?!“

Gast: „Na ja, manchmal auch bis halb vier...“

Hätten Sie's gewusst?

- Die Frische der Bohnen wirkt sich tatsächlich auf die Stärke des Aromas aus.
- Der Mahlgrad ist entscheidend, denn je feiner gemahlen worden ist, desto aromatischer der Kaffee.
- Eine Prise Salz auf einen Liter Kaffee beim Aufbrühen zum Kaffeemehl geben, soll den bitter-sauren Geschmack des Kaffees abmildern bzw. neutralisieren.
- Die perfekte Wassertemperatur sollte 92 bis 96 Grad Celsius betragen, ist das Wasser zu heiß, schmeckt der Kaffee bitter.
- Der meiste Kaffee kommt übrigens in Finnland in die Tasse. Auf eine Person kommen dort elf Kilogramm Rohkaffee pro Jahr. Deutschland ist mit sechs Kilogramm pro Person nur Mittelmaß. Sie sehen, es gibt durchaus noch Steigerungspotenzial.
- Der teuerste Kaffee der Welt nennt sich Katzenkaffee, Kopi Luwak. Der Name stammt von wildlebenden Fleckenmusangs auf Indonesien, die ausschließlich reife Kaffeekirschen essen und die Kaffeebohnen unverdaut ausscheiden. Die Verdauungsenzyme des Tieres verleihen dem Kaffee sein einzigartiges Aroma. Die Bauern sammeln die Exkrete auf und waschen den Kaffee gründlich rein. Dank der speziellen Fermentation schmeckt er mild und süßlich mit leichten Schokolade- und Karamellnoten. Einzigartig am Kopi Luwak ist außerdem der leicht erdige, teilweise sogar etwas modrige Geschmack. Die steigende Nachfrage hat leider dazu geführt, dass die Tiere ihrem natürlichen Lebensraum entrissen und in engen Käfigen gehalten werden, der wildgesammelte Kaffee ist nur noch eine Rarität.



Sollte Ihnen die Ausgabe der

„Schlaue Graue“

gefallen, senden wir Ihnen die Seiten künftig auch gerne zu.

Teilen Sie uns Ihre Adresse oder Mail-Adresse mit.

Gerne nehmen wir auch Anregungen, Fotos, Übungen oder sonstige Beiträge von Ihnen entgegen.

Einfach per E-Mail schicken an

Seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de oder per Post an

vhs-Seniorenbildung, Hermann-Jacobsohn-Weg 1,

35039 Marburg.

BLEIBEN SIE NEUGIERIG und GESUND!

Ihr Team vhs-Seniorenbildung

Ausgabe 28

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: www.vhs-marburg-biedenkopf.de und auf der Seite des Landkreises: www.marburg-biedenkopf.de