



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAHVE TANIMI VE ÖZELLİKLERİ

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Bir efsaneye göre, o meşhur kahve çekirdeği, 3. Yüzyılın keşişlerinden olan ve Etiyopya'da yaşayan çoban Khaldi tarafından keşfedilmiştir. Khaldi, keçilerinin parlak, koyu yapraklı bir ağaçtaki kırmızı meyveleri yerken çılgınca dans ettiklerini görmüş ve kendisi de bunun üzerine o meyvelerden yemiştir. Enerji verici etkisini gözlemledikten sonra bu keşfini çevresindekilerle paylaşmış ve çok kısa sürede bu meyvenin ünü herkese yayılmıştır.

Arap keşişleri, kahve meyvesini kavurmuş ve bir sıvı içinde kaynatarak içmeyi denemişlerdir. Kahve, kısa süre içinde dini seremonilerde içilen bir içecek haline gelmiş olup gece boyunca dua eden kişilerin uyanık kalabilmeleri için vazgeçilmez olmuştur. Osmanlı İmparatorluğu döneminde geleneksel bir içecek olan kahve beraberinde kahvehane kültürünü de oluşturmuştur.

Kanuni Sultan Süleyman döneminde Viyana kuşatması sonrası çuvallar halinde kahve Avrupalıların eline geçmiş ve 1773 yılında Kıta kongresinde İngiltere'nin çaya yüksek vergi uygulamasını protesto etmek amacı ile Amerika Birleşik Devletlerinde ulusal içecek olarak ilan edilmesi ile kültür olarak algılanma süreci başlamıştır. Kahve adının nereden geldiği konusunda kesin bir bilgi yoktur. Bir grup, Arapça kahva (gahwah) sözcüğünden ileri geldiğini diğer bir grup ise, kahvenin anayurdunun Etiyopya'daki Kaffa ili olduğu ve adının da oradan geldiğini öne sürmektedir. Gahwah sözcüğünün anlamı kuvvet, kudret, enerjidir.

Dozunda içildiği takdirde sağlığı tehdit edecek zararlı yanı yoktur. Bir fincan kahvedeki 50 mg. kafein hemen vücuttan atılır.

Teskin edici ve dinlendirici özelliği vardır. Kan dolaşımını sağlar. Baş ağrılarını geçirir. Sindirime yardımcı olur. Ancak, fazla içildiği takdirde zihin açıcı, uyarıcı, enerji verici özelliği ön plâna çıkarak uykusuzluk, sinir bozukluğu ve çarpıntı yapar.

Vatani Afrika olan; fakat Asya ve Amerika'nın tropik bölgelerinde yetiştirilen, 20 kadar çeşidi olan bir ağaçtır. En çok bilinenleri, Coffea Arabica ve Coffea Canephora (Robusta) dır.

Yaprakları sivri uçlu, kenarları dalgalıdır. Meyvesinin içinde iki tane ince iki çekirdek bulunur. Her çekirdeğin içinde; aynı şekilde bir tohum, tohumlarında ise kafein alkaloidleri vardır.