

УДК 663.93  
ББК 36.991  
И89

**Исто, Джессика.**  
И89 Кофейный гурман : как научиться разбираться в тонкостях вкуса и аромата / Джессика Исто ; [перевод с английского М. А. Степченко]. — Москва : Эксмо, 2024. — 192 с. — (Кофе и чай. Магия напитка)

ISBN 978-5-04-190872-0

Книга для влюбленных в кофе. Джессика Исто — писатель и редактор из Индианы. Она получила степень по журналистике в Университете Теннесси и магистра искусств по специальности «Художественная литература» в Университете Южного Иллинойса. Ее первая книга на кофейную тему была признана лучшей книгой года по кулинарии и напиткам по версии The Food Network, Wired, Sprudge и Booklist. Во второй книге «Кофейный гурман. Как научиться разбираться в тонкостях вкуса и аромата» автор доступным языком рассказывает обо всех различных факторах, влияющих на вкус кофе. Вы узнаете, как наши органы чувств воспринимают кофе, что создает вкус кофе и влияет на него, а также как практиковать свои сенсорные навыки, используя те же инструменты и ресурсы, что и профессионалы в области кофе.

УДК 663.93  
ББК 36.991

ISBN 978-5-04-190872-0

© Степченко М. А., перевод на русский язык, 2024  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

ПРЕДИСЛОВИЕ	7
ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧАТЬ	15
<b>1</b> ВКУС КОФЕ – ТАЙНА ЕГО МНОГОГРАННОСТИ	20
<b>2</b> КОФЕ И ЕГО БАЗОВЫЕ ВКУСЫ	28
<b>3</b> КОФЕ И ОРГАНЫ ЧУВСТВ	60
<b>4</b> ГОВОРИМ НА ЯЗЫКЕ КОФЕ	106
<b>5</b> ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ДЛЯ КОФЕЙНЫХ ДЕГУСТАТОРОВ	144
БЛАГОДАРНОСТИ	169
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА	171
ГЛОССАРИЙ	173
КОММЕНТАРИИ	180



## ВСТУПЛЕНИЕ

---

---

**П**очему мы без ума от кофе? Разумеется, этот напиток заряжает нас бодростью. На протяжении веков он вдохновляет великие умы и помогает нам в напряженной работе. За чашечкой кофе происходит обмен идеями, соприкосновение культур и радость первых свиданий. Но сам вкус этого напитка, уникальный и сложный, словно симфония для наших вкусовых рецепторов, которая дарит нам наслаждение и погружает в теплые воспоминания.

Современные технологии выращивания, обработки и обжарки кофе, нацеленные на раскрытие характера кофейного зерна во всем его многообразии, открыли перед любителями кофе новый мир вкусов. Возможно, вы, как и я, сначала пили кофе в закуточных («первая волна»), затем в крупных кофейных сетях («вторая волна») и, наконец, пришли к независимым обжарщикам «крафтового» кофе («третья волна» или «четвертая»? Я уже

сбилась со счета), чтобы в конце пути обнаружить в своей чашке восхитительные нотки фруктов, орехов или какао.

Орнитологи часто вспоминают свою «заветную птицу», ту самую, которая разожгла в них интерес к наблюдению за пернатыми. У любителей кофе есть нечто похожее — «заветная чашка», которая перевернула сознание и показала, что кофе может быть чем-то большим, чем просто... кофе. Может быть, та самая чашка получилась удивительно сбалансированной и даже без намека на горечь. Может быть, она обладала таким сложным вкусом, что по мере остывания создавалось впечатление, что это три разные чашки, и все они были восхитительны. А, может быть, кофе из Эфиопии натуральной обработки ошеломил вас яркой нотой черники. Есть ли в этом кофе добавки? Нет. Это был поворотный момент, и теперь вы ищете нечто возвышенное в каждой чашке.

Во введении к «Справочнику по кофейной сенсорике и кап-пингу» (Coffee Sensory and Cupping Handbook) авторы и по совместительству сотрудники Ассоциации спешелти кофе (SCA) Марио Роберто Фернандес-Альдуэнды и Питер Джулиано пишут: «Не будет преувеличением сказать, что индустрия спешелти кофе основывается на концепции вкуса»<sup>1</sup>. Вкус — вот то главное, что отличает спешелти кофе от кофе из масс-маркета. В течение последних десятилетий индустрия кофе делает упор на том, чтобы раскрыть вкус продукта и преподнести его покупателям, параллельно занимаясь разработкой стандартов оценки кофе. А также в последние годы можно наблюдать плотное сотрудничество с исследователями в области сенсорных наук (*Сенсорика — это область науки, направленная на исследование восприятия органами чувств человека.* — Прим. пер.), чтобы научно подойти к растущему объему информации на эту тему. По словам Фернандеса-Альдуэнды и Питера Джулиано, их цель состоит в том, чтобы «добиться достоверной интерпретации того, как продукт воспринимается человеческими органами чувств», уменьшив неточности, которые неизменно возникают, когда главным инструментом оценки выступает человек<sup>2</sup>. Другими словами, индустрия систематизирует удивительный опыт употребления кофе, подкрепляя его научными данными.

«Справочник», опубликованный в 2021 г. Ассоциацией спешелти кофе, представляет собой результат сотрудничества мира науки и кофе. К другим важным ресурсам, ставшим стандартом для кофейной индустрии, относятся «Сенсорный лексикон World Coffee Research» и «колесо вкусов кофе». В основе этих документов лежат сенсорные атрибуты и дескрипторы — слова, которые мы используем для описания ощущений от кофе, более известные как вкусовые ноты.

Ох уж эти вкусовые ноты! Уверена, вы встречали их на этикетках крафтового кофе: шоколад, грецкий орех, клубника. Кажется, будто эти слова должны описать потрясающий вкус, который мы стремимся получить от качественного кофе. Нередко именно эти ноты выступают решающим фактором при покупке продукта. Однако я уверена, что вкусовые ноты часто вводят покупателей в заблуждение, разочаровывают и обманывают их ожидания. Возможно даже, вы уже смирились с тем, что вам никогда не почувствовать то, о чем написано на пачке. Может быть, понимая изменчивую природу кофе, вы с самого начала отвергли вкусовые ноты.

Прочитав на упаковке «жареный маршмеллоу», многие соблазняются купить этот кофе, а потом с сожалением обнаружат, что в готовом напитке и близко не будет похожего вкуса. Возможно, кто-то будет винить себя или заподозрит бариста в том, что тот плохо приготовил кофе. Не стоит волноваться, ведь все через это проходили. Случалось ли с вами такое, что вкусовая нота с упаковки не оправдала возложенных на нее надежд и испортила всё наслаждение от кофе? Неужели мы, как слепые котята, обречены на поиски возвышенного вкуса без надежных указателей? Если было проведено столько исследований в области кофейных наук, то почему же, черт возьми, так трудно доходчиво расписать вкус кофе на упаковке?

Мне кажется, все мы столкнулись с классическим случаем недопонимания. Да, немало было сделано в сенсорной науке и в подготовке профессионалов, способных распознать и оценить первоклассный кофе. Основная цель «Справочника по кофейной сенсорике и каппингу» — помочь ученым-сенсорикам

и профессиональным дегустаторам кофе эффективно общаться между собой. «Сенсорный лексикон», который включает сенсорные ориентиры и специальную лексику, призван стандартизировать профессиональный язык кофейной индустрии. Однако я не уверена, что все это разнообразие информации помогает нам, обычным кофеманам, наслаждаться любимым напитком и покупать самые лучшие зерна. Слишком часто нам остается довольствоваться скудными примечаниями и обрывками сенсорной информации, которые не имеют смысла без достаточного контекста.

Мне бы хотелось, чтобы лексикон и колесо вкусов чаще использовались для обучения специалистов и применялись для осмысленного общения с потребителями. Это в свою очередь позволит нам куда эффективнее оценивать продукт и осознаннее принимать решение о покупке, погружаясь в мир кофейного разнообразия. Но, увы, сегодня такое обучение редкость, и, на мой взгляд, виной тому несколько причин.

Во-первых, несмотря на то, что вышеупомянутые инструменты широко используются учеными, производителями кофе, закупщиками, оценщиками качества и обжарщиками, многие бариста — лица, которые выступают рупорами крафтового кофе для широкой общественности — не проходят сенсорного обучения. Порой они даже не учатся работе с клиентами, поэтому и не владеют единым профессиональным языком. Это неудивительно, поскольку в Америке бариста, как и многим другим работникам сферы общепита, зачастую приходится работать за скромное жалование.

Во-вторых, некоторые обжарщики и кофейни, даже имея в штате хорошо обученных специалистов, попросту не придерживаются стандартной терминологии. Некоторые заведения разработали свой собственный язык, а многие используют субъективный «поэтический» подход, который, по-моему мнению (а я изучала маркетинг и написала немало рекламных текстов), не основывается на потребностях потребителей или маркетинговых стратегиях. Другими словами, этот язык не привлекает потребителей и не способствует углублению их знаний. В таком

положении дел нет ничего удивительного, ведь мир крафтового кофе — это прежде всего обширная сеть небольших независимых кофеен, у которых нет ни времени, ни ресурсов для найма специалистов по маркетингу.

В результате мы имеем запутанный и субъективный язык вкусов, который, с точки зрения потребителя, в лучшем случае бесполезен, а в худшем — сбивает с толку. Если мы все говорим на разном языке и не можем договориться с тем, что этот язык означает, то о каком эффективном общении может идти речь? Именно поэтому компания SCA, объединившись с учеными, создала стандартизированный кофейный язык, включающий лексику, основанную на референсах (то, что можно ощутить на вкус и запах). Вкус — это опыт. Как мы сможем успешно разговаривать о кофе, если у нас нет для этого общего языка (лексикона) и опыта (референсов вкуса)?

Вкус — это опыт. Как мы сможем  
успешно разговаривать о кофе,  
если у нас нет для этого общего  
языка и опыта?

Я не утверждаю, что никто не умеет правильно взаимодействовать с потребителями. Есть эксперты и целые организации, которые специализируются на этом. Но мы, потребители, еще не обладаем достаточным пониманием, когда речь заходит о вкусовых нотах в кофе. Мы не разбираемся, как это работает, и не знаем, как об этом говорить. Насколько мне известно, SCA не предлагает маркетинговых ресурсов для помощи кофейням в работе с потребителями, равно как и заинтересованные в самообразовании потребители отрезаны от легкодоступной информации.

Вот почему я и решила написать эту книгу. Я уверена, что истинные радость и наслаждение возможны лишь при наличии крепкого фундамента знаний, особенно когда речь заходит о кофе. С пониманием того, сколько усилий вложено в чашку кофе, вы начинаете по-другому смотреть на свой напиток. Когда вы постигаете основы кофейной науки и углубляетесь в тонкости

экстракции, вкусный кофе из чего-то обыденного превращается в магическое зелье. Как и любое другое хобби, кофе потребует от вас усилий. Для тех, кто только начинает путь домашнего кофемана, я написала свою первую книгу «Крафтовый кофе. Руководство по приготовлению вкусного кофе дома». Помимо информации о методах приготовления, в ней обзор вкусовых качеств кофе, но только поверхностно, поскольку «чтобы получить удовольствие от кофе, не обязательно знать, почему он вам нравится».

Однако недавно я пришла к выводу, что любой фанат кофе рано или поздно захочет распутать клубок секретов, стоящих за удивительным вкусом этого напитка, — и, возможно, дорогой читатель не откажется от «путеводителя», чтобы не сбиться с пути. Может быть, вам будет интересно узнать, почему вам нравится или не нравится ваш кофе и как вы можете наслаждаться им более осознанно? Или вы хотели бы понять, откуда берутся вкусовые ноты, и почему они так часто не соответствуют действительности? А возможно, вы хотите узнать немного о науке, лежащей в основе вкуса кофе, или развить свой вкус и испытать радость в этом гастрономическом путешествии? Может быть, вы захотите изучить словарь сенсорных атрибутов, чтобы блеснуть своими знаниями перед окружающими?

Моя цель — сделать крафтовый кофе доступным для большего числа людей, собрав всю информацию под одной обложкой и переведя речь бариста на повседневный язык.

Как и в случае с моей первой книгой, моя цель — сделать крафтовый кофе доступным для большего числа людей, собрав всю информацию под одной обложкой и переведя речь бариста на повседневный язык. Язык часто оказывается барьером между потребителями кофе и профессионалами, даже когда профессионалы пытаются говорить с нами напрямую. Если вам

хоть раз доводилось бывать в спешелти кофейнях, то вы знаете, что упаковки кофе и меню в таких местах пестрят непонятыми словами, которые призваны рассказать нам, что ожидать от кофе и как лучше его готовить. Сперва кажется, что без словаря тут не разобраться: «Эфиопия. Натуральная. V60», «Геша. Панама. Фильтр», «Санта-Фе. Колумбия. Мытая. Кемекс».

Проще говоря, информация о сорте, происхождении и обработке кофе является признаком качества. Тем самым производитель как бы говорит: «Мне небезразлично, где выращивается и как обрабатывается кофе, мне нечего скрывать перед потребителем». Безусловно, это важно, но прежде всего многие из нас хотят попробовать вкусный кофе и иметь возможность обсудить его с другими людьми. Некоторое представление о вкусе можно почерпнуть из информации о происхождении, обработке и т. д. Но как же это сложно! Всё такое запутанное, непонятное, нет строгих и логичных правил, и остается еще множество переменных. В конце концов многим приходится ориентироваться на эти коварные вкусовые ноты! Ведь именно они якобы сообщают нам о вкусе кофе.

В этой книге я попыталась преодолеть языковой барьер между профессионалами и любителями кофе. В ней я с научной точки зрения расскажу о том, как функционирует наша сенсорная система, вы освоите азы кофейной сенсорики и узнаете о том, как развить свой вкус с помощью упражнений, которые помогут вам, во-первых, получить сенсорный опыт и, во-вторых, правильно описать его, используя лексику, принятую в индустрии кофе. В процессе вы раскроете тайны вкусовых нот и получите инструменты, необходимые для того, чтобы ориентироваться в мире кофе: изучать новые сорта и определять, какой вам по душе. Мы также подробно остановимся на том, какие процессы стоят за таким привычным, но одновременно таким малоизученным человеческим чувством, как вкус. Я надеюсь, что эта информация расширит ваши гастрономические горизонты и привнесет больше осознанности, удивления и чувства благодарности в каждую выпитую чашку кофе.

Работая над этой книгой, я посетила семинар по сенсорике Ассоциации спешелти кофе и прошла курсы по кофейной сенсорике. Но должна сразу предупредить: я не ученый и не профессиональный дегустатор кофе, и эта книга не научит вас, как стать профессиональным дегустатором кофе. Как вы вскоре узнаете, профессиональная дегустация преследует совершенно конкретные цели, связанные с покупкой и продажей зеленого кофе, контролем качества и научными исследованиями. У нас же цель совсем другая. Наша цель — получить удовольствие. Тем не менее в книге использованы некоторые отраслевые инструменты — лексикон World Coffee Research и колесо вкусов кофе, а некоторые упражнения полностью или частично взяты из профессиональных курсов по дегустации.

Эта книга станет для вас дверью в мир сенсорного восприятия кофе и развития вкусовых ощущений. Приготовьтесь к необычной, непредсказуемой и захватывающей поездке.

## ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧАТЬ

---

---

Сегодня легче выбрать крафтовое пиво или вино и быть уверенным, что оно вам понравится, чем сделать то же самое с крафтовым кофе. Это и стало одной из причин, подтолкнувшей меня к написанию данной книги. Наверняка вы знаете, какое вино вам больше по душе — красное или белое, сухое или сладкое. Вероятно, вы также в курсе, что индийский пейл-эль обычно ассоциируется с хмелевой горечью, и знаете, нравится вам это или нет. Другими словами, у нас есть какие-то представления о некоторых вкусовых понятиях, на которые мы всегда можем положиться.

Но многие из моих друзей и читателей говорили мне, что выбор кофе для них — словно игра в русскую рулетку. Когда вы выбираете кофе по описанию вкуса (или другим признакам), нет никакой гарантии, что он будет соответствовать вашим

ожиданиям. Некоторые просто находят какой-то один проверенный бренд кофе и покупают его всю жизнь. Другие говорят «будь что будет» и с радостью отдаются во власть случая.

Я взялась за написание книги с мыслью раз и навсегда решить эту проблему. Я хотела дать читателям инструменты, с помощью которых можно покупать крафтовый кофе с твердой уверенностью в своем выборе, подобно тому, как многие из нас уверены в том, что предпочитают стаут, а не бельгийское пиво. Но в ходе своих исследований мне пришлось поумерить свои амбиции. Я абсолютно уверена, что эта книга поможет вам добиться успехов в кофейной дегустации, эффективнее описывать вкус нашего любимого напитка и глубже наслаждаться им. Вместе с тем мне кажется, что ни я, ни любой другой человек не в состоянии в одиночку решить «проблему», о которой я говорила выше. Как оказалось, кофейная сенсорная наука — чрезвычайно сложная и динамично развивающаяся область, поэтому существует множество причин, по которым выбор пачки кофе может быть немного сложнее, чем выбор бокала вина или пива. Просто вкус кофе не так однозначен, и эта книга расскажет вам, почему.

Во-первых, подавляющее большинство нот в кофе (хотя и не все!) весьма эфемерны, и с этим не поспоришь. Они редко бьют в голову, как древесные нотки в выдержанном шардоне или банановые в бельгийском пиве. Скорее всего, вы без труда сможете определить некоторые вкусы кофе, особенно те, которые вам наиболее знакомы. Но чтобы стать разборчивым дегустатором, потребуется практика. Хорошая новость заключается в том, что каждый может прокачать свой вкус, а помогут в этом упражнения и советы, приведенные в книге.

Но между кофе и пивом/вином существует еще одно существенное различие, которое усложняет дело: кофе готовится здесь и сейчас. Этот напиток состоит всего из двух ингредиентов: кофе и воды, и обе эти переменные чертовски непостоянны. На вкус кофе влияет буквально всё: и место выращивания, и тип обработки, и обжарка, и длительность хранения, и способ заваривания. Вкусовые примечания на упаковках кофе описы-

вают кофе в определенный момент. Тот, кто делал эти заметки, пробовал кофе, сваренный определенным способом, в течение определенного времени, с определенным типом воды. Даже если бы и существовал способ проконтролировать все остальные факторы, контроль воды всё равно будет нецелесообразен. В разных регионах вода разная, с разной концентрацией минералов, что влияет на процесс заваривания кофе и, соответственно, на его вкус. Другими словами, вкус кофе — это подвижная мишень, поэтому так трудно бывает описать нечто столь изменчивое.

Не стоит забывать и о том, что возможность исследовать широкий спектр кофейных вкусов, о которых пойдет речь в этой книге, появилась сравнительно недавно, и далеко не у всех есть свободный доступ к такому кофе. Большинство людей не пробуют свою первую чашку черного кофе со словами: «Ух! Как это вкусно!» Отчасти из-за того, что многие сначала имеют дело с низкокачественным кофе, прежде чем попробовать высококачественный (помните, вкус — это главный показатель качества). Мы просто окружены низкокачественным кофе, и часто это единственное, что нам доступно. А с другой стороны, причина, по которой мало кто бывает в восторге от первой чашки кофе, связана с тем, что кофе по своей природе горький напиток. Продукты и напитки, к которым, как говорится, «нужно привыкнуть», типа кофе, пива и вина, как правило, обладают какой-то особенностью — например, горечь, которая сообщает нашему примитивному мозгу: «Эй! Это яд! Это опасно! Выплюнь!» Если мы не сдаемся, то «приобретаем» нехарактерные нам вкусы, уменьшая восприимчивость нашего обоняния к ним. Спешу вас поздравить: вы уже приобрели вкус к кофе. Первый барьер пройден!

Но, прежде чем с головой погрузитесь в чтение, я хотела бы еще раз убедиться, что мы с вами находимся на одной волне и одинаково понимаем, о каком кофе я буду говорить. В первую очередь речь пойдет о высококачественном кофе, обжаренном с помощью прогрессивных технологий таким образом, чтобы подчеркнуть уникальные свойства самого зерна. В кофе содержится множество соединений, которые формируют широкий

спектр вкусов, включая фруктовые, цветочные, ореховые, какао и другие самые разнообразные нотки. По глубине вкуса хороший кофе ничем не уступает хорошему вину, пиву, чаю, сыру и шоколаду. Обработка и обжарка позволяют раскрыть присущие кофе вкусовые качества и придать им новые. В результате получается «продукт, который одновременно разнообразен и изменчив»<sup>3</sup>. Как правило, такое высокое качество обработки зерна можно встретить у независимых обжарщиков. Это одна из особенностей, которая отличает крафтовый кофе от кофе из масс-маркета.

Большинство людей знакомы с традиционным, более темным методом обжарки, который характеризуется горечью в напитке. Именно такой вкус обычно ассоциируется с кофе в массовом сознании. Эти вкусовые ноты очень выразительны и, как правило, подавляют другие вкусы, присутствующие в чашке. Не поймите меня неправильно: есть много традиционных обжарщиков, которые производят хорошо сбалансированные зерна, особенно в Италии, где искусство обжарки кофе давно доведено до совершенства. Однако они демонстрируют лишь малую часть вкусового спектра кофе. Если, работая с книгой, вы выберете такой кофе, то, скорее всего, не почувствуете большинства вкусов, о которых мы будем говорить. Их просто не окажется в вашей чашке. Конечно, кофе, обжаренный по современным технологиям, по-прежнему имеет вкус кофе, но в нем потенциально есть нечто большее.

По глубине вкуса хороший кофе  
ничем не уступает хорошему  
вину, пиву, чаю, сыру и шоколаду.

Не забывайте также, что кофе издавна употребляется с молочными продуктами. Более того, многие сорта кофе обжариваются специально для того, чтобы они хорошо сочетались с жиром и сахаром парного молока — вот откуда берутся латте, кортадо, кафе-о-ле и т. д. В этой книге нас интересует прежде всего сам кофе, и мы будем пить его без добавок.