



w moich żyłach płynie kawa

Rozmowa z Ewą Jankowską, która poświęciła kawie całe życie; założycielką rodzinnej palarni kawy Cafe Creator. Ukazuje Klientom, jak wyjątkowy smak może mieć zwykła, niezwykła kawa.

Marta Nowacka: Jak rozpoczęła się Pani przygoda z kawą, Pani pasja do kawy?

Ewa Jankowska: Już w szkole średniej miałam niesamowitego nauczyciela od towaroznawstwa, który tak przedstawił mi świat poznawania towarów od strony chemii, biochemii i ich oddziaływania na organizm człowieka, że zaczęłam sama zgłębiać wiedzę w zakresie większym, niż przewidywał program. Po ukończeniu szkoły stwierdziłam, że właściwie nie ma przede mną innej drogi. Udało mi się zdać egzaminy (z chemii, matematyki i geografii) na wtedy jeszcze Wyższą Szkołę Ekonomiczną w Poznaniu i dostałam się na wymarzone to-

waroznawstwo. Na trzecim roku studiów każdy student robił równoległe studium pedagogiczne. W ramach praktyki przypadły mi zajęcia w technikum spożywczym i trafiłam akurat na temat kawy. Udałam się do Poznańskiej Palarni Kawy z prośbą o próbkę zielonej kawy do pokazania uczniom. Tam poznałam szefową, która pozwoliła mi wziąć próbki kilku kaw, a oprócz tego pokazała mi palarnię, piec, a ja wtedy zupełnie zwariowałam. Poprowadziłam z uczniami 4 lekcje, które okazały się wielkim przebojem i od tego się zaczęło. Kiedy skończyłam studia w 1975 roku, to gdzie mogłam iść do pracy? Oczywiście do Palarni Kawy w Poznaniu i tam zostałam... 39 lat. Przez te 39

lat przeszłam przez wszystkie możliwe działy – od stażystki w dziale handlowym, przez prażarnię, paczkarnię, magazyny, a skończyłam na zarządzaniu firmą – do czasu emerytury.

M.N.: Skąd pomysł na własną palarnię kawy?

E.J.: Tej mojej kawy, którą robiłam 39 lat temu, nie można dziś kupić w sklepach. Rynek psuje się przez dążenie do zwiększenia zysku kosztem jakości surowców. Przez te 39 lat zwiedziłam kawał świata, byłam na plantacjach, poznałam rodziny plantatorów, eksporterów, widziałam jak to wszystko odbywa się od samego początku, od zbioru ziaren. Mam mnóstwo przyjaciół w świecie kawy i jeden z nich zawsze mnie namawiał, żebym założyła swoją własną palarnię. Moja córka w tym czasie kończyła karierę baletową i szukała nowego życiowego wyzwania. A ponieważ też ma kawę we krwi i zawsze była przy mnie w pracy jako mała dziewczynka, zaproponowałam jej, że kupimy razem piec, najlepsze ziarna i zaczniemy robić kawę. Teraz, po dwóch latach działalności widzę, jaki wielki ma to w sobie potencjał – dążę do rozwoju rynku w segmencie kaw premium, czyli wykwinnych, specjality – jak się je w świecie nazywa.

M.N.: Jakie wady dostrzega Pani w dzisiejszym rynku kawowym?

E.J.: Z ubolewaniem patrzę na specjalistyczne sklepy internetowe, w których ceny są dość wysokie, a kawa stoi i czeka. Jest spora grupa koneserów kawy, dlatego pali się jej dużo, a potem czeka na nabywcę, a nie ma większego nieszczęścia dla dobrej, ziarnistej, świeżo upalo-

nej kawy, jak ilość dni, która upływa od jej wypalenia do zaparzenia. Najlepsza kawa to ta spożywana od 7 do 40 dnia od palenia. Po tym okresie, kawa zaczyna tracić swoje walory smakowe.

Do 7 dnia nie da się jej zaparzyć, bo trwa wydzielanie dwutlenku węgla, a w przedziale 7-40 dni najlepiej zaparza się w ekspresach ciśnieniowych, przelewowych i wybornie smakuje w filiżance.

Dlatego właśnie zaczęłam iść w kierunku świeżości kawy, z zagwarantowaniem bezpośredniej dystrybucji. Moja kawa nigdzie nie stoi i nie czeka. Dałam jej i tak aż pół roku ważności – strasznie dużo – aż 180 dni! Nie robię kawy przemysłowej, nie palę jej w wielkim piecu, tylko w małym piecyku, w którym nie ma chłodzenia wodą tylko zimnym powietrzem, mimo że trwa to znacznie dłużej.

M.N.: W przemysłowej produkcji liczy się przede wszystkim szybkość?

E.J.: Szybkość, czas, waga. Przemysł zabił dobrą kawę, bo jeśli np. 150 kg kawy jest podgrzewane w piecu do temp 280°C to trzeba ją szybko schłodzić – więc kawę spryskuje się wodą, a wtedy ulatnia się para wodna i wraz z nią wszystkie lotne substancje aromatyczne. Taka kawa ma w sobie dodatkowe 5-6% wilgotności. Dawniej kawę po upaleniu chłodziło się powietrzem za pomocą wentylatorów, dzięki czemu nic z niej nie uciekało. Otrzymujemy wtedy zupełnie inne aromaty. I właśnie taką kawę robimy my.

M.N.: Jaka kawa jest najlepsza? Arabica to ta podstawowa

odmiana, ale stosuje się też mieszanki z Robustą.

E.J.: Robusta to gorsza odmiana botaniczna kawy, a najlepsza jest 100% Arabica. Ważne, by ziarna zostały dokładnie umyte, ponieważ sposób wyłuskiwania ziarna kawy z owocu ma ogromne znaczenie dla jakości kawy. Są dwie metody wyłuskiwania pestki czyli tych dwóch związanych ziarenek kawy z owocu. W mokrej metodzie owoce po zebraniu są zalewane wodą, przez co miąższ zaczyna fermentować i to jest niezwykle ważny moment przerobu kawy na plantacji. Plantatorzy po zapachu i wyglądzie potrafią ocenić, w którym momencie trzeba przerwać fermentację, aby proces ten nie popsuł ziarna, przez co otrzymalibyśmy niedobłą, kwaśną kawę.

Tak naprawdę nad dobrą kawą pracuje wiele osób. Wyłuskiwanie kawy z owocu jest ważne, ale również zbiór tej kawy jest istotny. Owoce na krzakach nie dojrzewają jednocześnie. Na rodzinnych plantacjach, w ciągu 2-3 tygodni dojrzewania, ludzie kilka razy wychodzą na pole i zbierają ręcznie tylko dojrzałe owoce, które potem od razu przerabiają. Przy zbiorze kombajnem nie można dokonać takiej selekcji, zbiera się wszystko – dojrzałe i niedojrzałe owoce. Sortowanie następuje w kolejnym etapie, ale to już nie to samo. Troska o smak w naszej filiżance zaczyna się daleko, na plantacjach.

M.N.: A jaki jest Pani przepis na doskonałą, idealną kawę, taką którą Pani chciałaby pić, delektować się i propagować?

E.J.: Właśnie taką Pani zrobiłam – zaparzaną z fusami. Będę moc-

Zawsze staram się wysłuchać, czego klient oczekuje.

Jeżeli mówi, że nie chce kawy mocnej ani kwaśnej

to już wiem, co mu skomponować,

mimo że on sam nie potrafi tego wyrazić.

no propagować taki sposób, wbrew temu wszystkiemu co się mówi i wielkiemu rozwojowi ciśnieniowych ekspresów. Ta kawa trochę inaczej smakuje, a najlepsza kawa to ta z Etiopii. Pije Pani akurat taką kawę.

M.N.: Rzeczywiście, smak nie jest bardzo ostry, a lekko złamany i zupełnie inny niż kawa „sklepową”.

E.J.: Ta kawa ma tylko subtelny kwasek. Sekret tkwi też w sposobie zaparzania – to ważne, aby zalać ją wodą, najlepiej gotowaną na gazie, białym wrzątkiem (ok. 90-92°C), dzięki czemu woda jest najbardziej natleniona i wszystkie aromaty zostają wyciągnięte na powierzchnię. Utworzy się wtedy taka pianka, jak na kawie z ekspresu.

M.N.: Czyli wcale nie trzeba mieć w domu wyspecjalizowanych sprzętów i ekspresów?

E.J.: Nie, aczkolwiek są różne mody. Teraz wielka moda przychodzi z Zachodu, ze Skandynawii, z Holandii – cały świat kawowy oszalał na punkcie dripów, aeropressów – to nic innego jak metody przelewowe stosowane od lat, tylko inaczej nazwane i marketingowo ubrane. Przede wszystkim

znaczenie ma jednak dobrze upalona kawa – wtedy nie wyczuwa się smaków karmelowych, kawowych, tylko bardziej owocowe, co jest pozytywne, bo kawa to przecież owoc, więc bogata jest w kwasy organiczne i są w niej dziesiątki, a nawet setki substancji aromatycznych.

M.N.: Czy kawy pochodzące z różnych plantacji, z różnych krajów bardzo różnią się smakiem i aromatem?

E.J.: Oczywiście. Te różnice są ogromne. Często zapraszam nowego klienta, parzę mu 10-12 różnych kaw, żeby popróbował każdego smaku. Przekrój smaków jest szeroki – od słodkich kaw, których nawet nie potrzeba sładzić (np. z Etiopii, z Ameryki Centralnej, Nikaragui), przez kawy ciężkie, mocne, bogate w smaku (np. z Sumatry i z Jawy), i kawy bardzo kwaskowate (z Kenii, Kostaryki), w których można wyczuć winogronowe, cytrusowe posmaki, aż po kawy zupełnie łagodne, lekkie, które nie mają ani kwasu, ani tej mocy jak kawy sumatrzańskie – takie kawy rosną w Indiach. Każda kawa inaczej smakuje, każde ziarenko inaczej wygląda. Kawy można też ze sobą mieszać – mocno kwaskowate

można trochę złagodzić słodszyimi kawami, łagodniejszymi – tak komponuje się mieszanki.

M.N.: Pani sama przygotowuje te mieszanki i miesza kawy z różnych regionów? Czym się Pani kieruje?

E.J.: Zawsze staram się wysłuchać, czego klient oczekuje. Jeżeli mówi, że nie chce mocnej ani kwaśnej to już wiem, co mu skomponować, mimo że on sam nie potrafi tego wyrazić. Inny mówi, że chce bardzo mocną, aromatyczną, nie kwaśną. Innemu marzy się „kawa z wiatrem”, która przypomina wakacje na Karaibach. Mieszanki zawsze komponuję zgodnie ze smakiem Klienta.

M.N.: Czy idealną kawę ocenia się wszystkimi zmysłami, jak wino?

E.J.: Tak, bo ważny jest zapach, wygląd ziarna i słuch, bo ziarna kawy „strzelają” kiedy dochodzą do swojego stopnia upalenia – to bardzo istotny moment. Prawdziwy fachowiec przy ocenie jakości upalanej kawy dusi ziarenka w palcach i wtedy wie, że kawa jest niedopalona albo przepalona, bo ziarno rozkrusza się, nie strzela jak należy. Dlatego także dotyk odgrywa ważną rolę przy ocenie jakości kawy.



M.N.: Ostatnio znacznie wzrosło zainteresowanie kawę zieloną, na co wpływ mają z pewnością jej właściwości wspomagające odchudzanie. W suplementach diety znajdziemy wyciąg z kawy zielonej, ale z mieloną kawą zieloną spotkałam się dopiero dzięki Pani.

E.J.: Badania nad kawą prowadzone przez naukowców z Japonii i USA wykazały, że kawa tak naprawdę jest najbogatszym w przyrodzie źródłem przeciwutleniaczy, a przeciwutleniacze to walka z wolnymi rodnikami i – bardzo upraszczając – z nowotworami. Już w 1989 r. opublikowano badania mówiące, że kawa chroni przed nowotworami. Ale to była kawa zielona i nikt o niej więcej nie mówił. Podczas palenia kawy polifenole w niej zawarte w 80% giną i nie mają już takiego działania jak w kawie zielonej, która zawiera ich ok. 8 mg w 100 g kawy (po upaleniu pozostaje ich tylko 2-5 mg). Oprócz tego zielona kawa to niesamowity zastrzyk witamin i mikroelementów, ale po obróbce termicznej większość tych składników się wypala. Spożywanie zielonej kawy przychodziło do głowy tylko ludziom chorym. Jest kilka różnych terapii, które wykorzystują kawę zieloną do walki z nowotworem.

„Boom“ na zieloną kawę, rozpoczął się w 2013 roku, kiedy amerykański naukowiec opublikował nowe wyniki badań na temat jej właściwości odchudzających i stwierdził, że nie ma lepszego połączenia w przyrodzie, jak polifenol, czyli kwas chlorogenowy, występujący tylko w kawie, z kofeiną. To połączenie powoduje w organizmie zmianę gospodarki cukrów i tłuszczów. Picie naparu z zielonej kawy nie powoduje odkładania tłuszczu i może być wykorzystane jako środek odchudzający. Medialna propaganda sprawiła, że wszyscy zaczęli się odchudzać kawą zieloną.

Nie polecam jednak suplementów diety z kawą zieloną w formie tabletek. Zawierają one bardzo skoncen-

trowane dawki kwasów chlorogenowych (45 mg – czyli 4,5x więcej niż w jej formie naturalnej), a kofeiny jest ok 2-5%. Jeśli chce się skorzystać z dobrodziejstwa kawy zielonej, należy pić napar z dobrej jakości ziaren, a nie korzystać z ekstraktów.

M.N.: Ile zielonej kawy możemy bez obaw pić?

E.J.: 2-3 filiżanki dziennie. Do smaku kawy zielonej trzeba się przyzwyczaić, ale osoby, które piją ją dłuższy czas, doceniają jej właściwości orzeźwiające. Moim zdaniem kawa zielona pobudza w lepszy sposób niż kawa czarna. Wspomaga również odchudzanie, choć oczywiście nie może ona zastąpić zbilansowanej diety i aktywności fizycznej. Dla mnie kawa zielona to prawdziwy fenomen.

M.N.: Interesujący jest temat zapachu kawy. W marketingu zapachowym próbuje się sztucznie wytworzyć i wykorzystywać aromat świeżo mielonej kawy, jednak uzyskanie idealnej kompozycji zapachowej jest bardzo trudne.

E.J.: Oczywiście, wynika to z tego, że na aromat kawy składają się setki związków. Nie jest możliwe uzyskanie go w sposób sztuczny. Japończycy przeprowadzili badania, z których wynika, iż dla niektórych ludzi sam zapach zmielonych, naturalnych ziaren wystarczy, aby czuli się tak, jak po jej wypiciu. Taką siłę ma aromat palonej kawy.

M.N.: Byłam kiedyś na pokazie baristów i otrzymałam tam paczuszkę zielonej kawy z informacją, że mogę ją sobie sama w domu upalić, ale zupełnie nie wiedziałam jak się do tego zabrać...

E.J.: Można to zrobić nawet na patelni. Oczywiście są też specjalne patelnie do palenia kawy na anielce, piecu kafłowym. Kiedyś

zrobiłam pokaz tego sposobu palenia w Gorzowie, podczas Nocy Muzeów w Spichlerzu Gorzowskim, w którym prezentowano ekspozycję zabytkowych akcesoriów do palenia i przygotowywania kawy. Wzbudziło to ogromne zainteresowanie.

M.N.: Mówi się, że powąchanie ziarenka kawy oczyszcza nos z zapachów, np. podczas testowania zapachów perfum. Zetknęłam się z tym nawet w jednej z perfumerii.

E.J.: To prawda, kawa ma właściwości pochłaniające inne aromaty. Jeśli wrzuci się kilka ziaren do lodówki, pozbędziemy się wszystkich złych zapachów, ale później taką kawę trzeba wyrzucić, bo wchłania ona te zapachy na dobre.

M.N.: Jakie ma Pani plany na przyszłość w związku z prowadzoną firmą?

E.J.: Chcemy pozostać małą, rodzinną firmą. Na pewno nie zrobimy kroku dalej, który mógłby zepsuć to, co tworzymy. Nie chcemy doprowadzić do tego, żeby „pożreć własny ogon”, stracić magię tego, co jest w tej chwili całym naszym życiem, pasją, radością tworzenia, poszukiwania i odkrywania ciągle czegoś nowego. Bo kawa to niesamowite bogactwo – nie tylko smaków i aromatów, ale też sposobu picia i kultury jej podawania. Jedna kawa może mieć 100 obliczy, można ją na 100 sposobów upalić, i na 100 sposobów zaparzyć, i za każdym razem będzie ona inna.

M.N.: To jest naprawdę wspaniale, kiedy praca jest również pasją... i przestaje być wtedy pracą!

E.J.: Tak, widzę to po mojej córce, która potrafi siedzieć tu z nami cały dniami, nie chce iść do domu, a najchętniej przyniosłaby tu sobie łóżko (śmiech).

M.N.: Serdecznie dziękuję za niezwykle ciekawą rozmowę i życzę samych kawowych sukcesów!