



# 穿越咖啡時光

◀到訪巴里島咖啡農民，體驗咖啡原始的香氣

研有關植物的科目，決心花了些錢和時間，正式學習和考取國際咖啡文憑 Specialty Coffee Association (SCA) Diploma。在2017年，SCA 合併了 SCAA (A代表美國) 和 SCAE (E代表歐洲) 的兩個獨立組織。SCA 不單提供國際認可的專業咖啡教育平台，也建立了咖啡品質鑑定的標準。

SCA課程包含了五個完整的課程單元和一個獨立的入門課程。這五個課程單元為：咖啡師技能、咖啡沖煮、咖啡生豆、咖啡烘焙和感官技能，每個課程單元由基礎、中階和專業等三個等級所構成，學習者可依據個人需求選擇適合的單元和課程等級。課程中累積獲得 100 點或以上的學員將授與此咖啡文憑。有興趣者可以到官方網站了解更多 (<https://education.sca.coffee>)。

## 咖啡的起源

早在九世紀時，原生咖啡樹在非洲埃塞俄比亞被發現，有一天，牧羊人 Kaldi 在放牧時，發現羊群吃了些紅色果實後顯得異常精神起舞，就是這樣，咖啡豆被發現了。但咖啡真正成為商品展開貿易之旅是在13-14世紀，咖啡豆離開非洲經紅海到達



▲在樹上的咖啡櫻桃

白小喜歡大自然的我，經常喜歡接觸不同種類的植物，去觀察它們的生長過程，從中得到不少的樂趣。小時候試過種植粟米、甘菊、花生等等。最印象深刻是花生的生長過程，黃色的小花長出後，會彎腰向下延伸，直接插入泥土中，然後一串串的花生就在泥土中慢慢生長。收成時只要把整棵花生株拔起，一堆堆的花生就在眼前！



▲咖啡櫻桃 (coffee cherries)

Latte 或 Cappuccino，對於不多收入的學生來說，已是高質素的享受了。

## 國際咖啡文憑

回香港已差不多15年，人生路上總有些喜歡做的事，但又因為生活奔波，沒有時間去好好追求。幾年前偶然認識手沖咖啡加上自己很喜歡鑽



▲杯測師為咖啡評級 (free photo @Unsplash)

阿拉伯的也門 (Yemen)，而當時的貿易港口名叫 Mocha (這正是 Mocha coffee 名字的由來)。咖啡就開始在當地種植也成為一種提神飲品。到了16-17世紀，咖啡豆才真正在其他國家出現和種植。

咖啡豆樹屬於茜草科 (Rubiaceae) 植物，給人一種正面陽光的感覺，這也配合咖啡樹生長的地方，天氣和暖，接近赤道。咖啡豆是咖啡櫻桃的種子，一粒櫻桃多數有兩粒咖啡豆 (peaberry)。咖啡樹種有幾百種類，但真正用作主要飲用的，只有兩種：Coffea Arabica (Arabica coffee) 和 Coffea Canephora (Robusta coffee)。而我們多數品嚐到的，便是 Arabica (阿拉伯) 咖啡，它是佔全球生產的70%左右。

## 精品咖啡

你們現在常聽到的「精品咖啡」，specialty coffee，為何成了一種新咖啡文化呢？在19世紀，當時即溶咖啡和罐裝咖啡是主流，大眾對咖啡沒有什麼品質上的要求，但尋求方便快捷。到了20世紀，大品牌咖啡店在世界各地不斷開分店，創造不同種類的咖啡飲品，帶動即磨即制咖啡潮流，但可惜咖啡品質因成本而不斷下降。到了21世紀，人們開始對生活品味有所要求，對咖啡的要求也不例外。大家開始喜歡有個人化的咖啡小店，認為他們的出品更有質素。而「精品咖

啡」，就代表了風味獨特，品質優勝的咖啡了。

其實早在1978年，咖啡之母 Ms. Erna Knutsen 曾公開發表說精品咖啡是代表在特殊地理條件及微氣候生產而具風味獨特的咖啡。她的目的是為了區分沒有個性的商業咖啡 (commercial coffee) 和風味獨特的咖啡。到了2009年，當時的 SCAA 就以更科學的方法，以杯測 (cupping) 形式，去鑒定精品咖啡：分數需要在80分或以上 (100分為滿分)，而又能夠追溯咖啡豆生產的地方和莊園。

現在飲咖啡已不只是為了提神，而是追尋嗅覺和味蕾上的享受，就像飲紅酒一樣，去品嚐杯中物。但咖啡的化學分子比紅酒更多更複雜，經過熱力後產生的化學反應，形成了幾百種的香氣和味道，當然不是每種咖啡也有同一味道，複雜性也不一，這就是咖啡最吸引的地方。



▲杯測 (cupping) 採用標準化的烘焙、萃取及品嚐方式，透過嗅覺、味覺與觸覺的經驗值，將咖啡香氣、滋味及口感，將咖啡評級。



▲烤烘後的咖啡豆 (左)，未烤烘的咖啡生豆 (右)

## PROFILE:

Lily 在香港長大，曾在美國修畢計算機工程碩士學位和在當地工作，現在生活在香港，開時喜歡鑽研煮食和咖啡，在 My Bowl is Full 「廚施煮意」facebook 和網頁 mybowlisfull.com 分享。因家人的關係，Lily 對香料、植物和精油特別感興趣。幾年前考獲歐洲精品咖啡協會的咖啡文憑，平日除了烘豆外，會安排一些興趣班，分享咖啡的味道和知識。曾探訪巴里島的咖啡農民，了解他們的咖啡種植和生活。Lily 相信，要真正了解和欣賞一杯好咖啡，需要從它們的生長開始。

