







Treinamento Barista SESC SP

Índice

Apresentação SESC SP/UniOctavio.....	4
O que é o Café.....	5
Breve História do Café.....	5
Grãos Arábica e Robusta.....	7
Classificações do Café.....	8
Características do café.....	8
Organizações do café.....	9
Cultivo, Colheita e Beneficiamento.....	9
Defeitos do Café & Classificações do Café.....	10
Quem é o barista.....	11
Abordagem inicial e atendimento ao cliente.....	12
Equipamentos e acessórios.....	13
Entendendo a máquina de expresso.....	15
O Universo do expresso.....	16
Avaliando o café expresso.....	19
O Cappuccino	20
Ficha técnica das bebidas SESC SP.....	21
Práticas importantes para a garantia de qualidade.....	29
Limpeza de utensílios ao final do dia.....	30



A parceria do SESC SP com a UniOctavio é o resultado de uma união que visa aperfeiçoar e padronizar o serviço de café nas unidades do SESC SP.

Visamos ao bom atendimento, ao serviço de qualidade, e à garantia de que o café seja sempre preparado de forma correta. Nosso objetivo é o de que o cliente SESC SP encontre o mesmo expresso servido em todas as unidades, extraído com as mesmas características.

Você, colaborador SESC SP, fará parte desta união que visa oferecer um café de reconhecida excelência, em ambiente agradável, e a um público que aprenderá a apreciar um bom café.

Obrigado por fazer parte desta equipe!

SESC SP/UniOctavio



Antes de falar de preparo de Café, vamos aprender um pouco sobre a história do café. É importante conhecer o produto que você irá preparar e vender. O cliente fica encantado quando percebe que está sendo atendido por quem entende. E melhor ainda: ele volta!

O que é o café?

Café é o nome que se dá à bebida feita com o fruto do cafeeiro. Acredita-se que a origem do nome seja herdada da palavra “qahwah”, que designa o vinho para os povos árabes. Nativo da África, o arbusto selvagem faz parte da família das Rubiáceas. O cafeeiro é uma planta tropical e pode atingir de 1,5m a 18m.

Até se tornar a bebida que conhecemos, o fruto do cafeeiro passa por um complexo processamento para gerar um grão que é torrado e, em uma última etapa, moído. Atualmente o café é a segunda bebida mais consumida no mundo, perdendo apenas para a água. Movimenta um mercado de US\$70 bilhões e envolve em sua produção cerca de 25 milhões de famílias. O café é apreciado por mais de um bilhão de pessoas e seu consumo tem crescido diariamente.

Breve História do Café

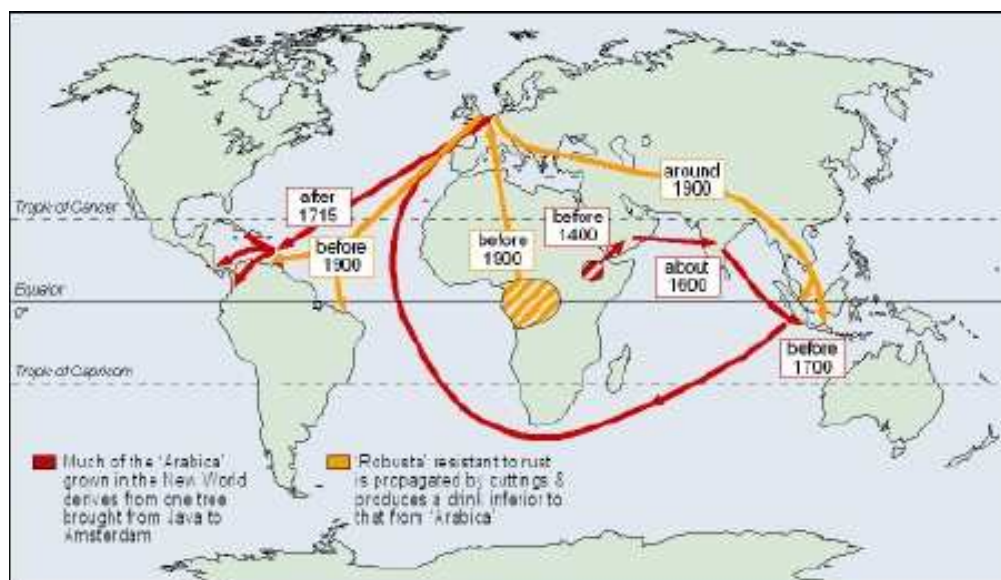
A lenda de Kaldi

Diferentemente da água, que reina no planeta desde seu mais remoto sinal de vida, acredita-se que o café seja conhecido há menos de 2.000 anos.

Segundo uma lenda, conhecida como “Lenda de Kaldi”, deve-se a descoberta da célebre frutinha do cafeeiro a um lance de sorte de um pastor etíope e de suas espertas cabras, há mais de mil anos.

Essa lenda conta que o jovem pastor Kaldi, que morava no interior da Abissínia (atual Etiópia – Nordeste da África), observando as cabras de seu rebanho, notou que elas ficavam mais saltitantes e ativas quando mastigavam folhas e frutos de uns arbustos existentes nos campos de pastoreio. Movido pela curiosidade, Kaldi resolveu provar algumas daquelas frutinhas e apreciou seu sabor adocicado, muito agradável. Sentindo-se mais animado, graças ao efeito estimulante das pequeninas bagas, espalhou pelo vilarejo a notícia da sua descoberta.

A narração, encontrada em manuscritos do Iêmen, de 575 d.C., é o mais remoto registro sobre o café e, apesar de ser muitas vezes romanceado, contém informações reais. O arbusto do café, por exemplo, realmente tem origem no nordeste da África. O café selvagem nascia e ainda nasce naturalmente, na região de Kaffa, interior da Etiópia. Há registros de que o povo local tenha iniciado o consumo do café em forma de fruto, comendo sua polpa macerada. Até hoje, o produto é utilizado em rituais religiosos naquela região.



Da África para a Arábia, da Arábia para o mundo

A planta do cafeeiro foi transportada por mercadores da África para o Iêmen, localizado na extremidade da península Arábica. O país transformou-se no principal produtor e exportador de café até o século 18. Os iemenitas plantavam e preparavam uma bebida com o café (sem torrá-lo), que era cultivado e bastante consumido em mosteiros islâmicos, pois ajudava os religiosos a ficarem acordados durante suas orações e meditações noturnas. Documentos históricos registram que apenas por volta do ano 1.000 as cerejas de café seriam fervidas em água, com fins medicinais.

Apenas alguns séculos depois, nos anos de 1.300, é que se desenvolveu a torra. O processo foi um dos estopins para o sucesso da bebida. Com a torrefação, o café ganhou aromas e sabores muito mais ricos, ficando interessante para ser tomado em casa ou em encontros, especialmente na Turquia, onde o hábito ganhou popularidade, inclusive para o consumo nas ruas.

A maior produção do grão ficava na região de Mokha, porto mais importante do Iêmen, que só permitia a saída do café infértil (sem pergaminho). Mas, em 1616, um holandês conseguiu secretamente sementes que não eram estéreis, plantadas no Jardim Botânico de Amsterdã, Holanda. Só então teve início a expansão do cultivo de café pelas colônias européias na Ásia, na África e nas Américas, cujo clima era mais propício para o seu desenvolvimento.

Palheta, herói brasileiro?

A chegada do café ao Brasil, segundo consta oficialmente, deve-se a uma ordem do capitão-general João da Maia da Gama ao sargento-mor Francisco de Melo Palheta, em 1727. Sua missão era acompanhar a demarcação de limites com a Guiana Francesa, onde o governador do país vizinho, Claude D'Orvilliers, havia mandado arrancar o marco de pedra, com o escudo português, plantado na fronteira entre as duas colônias. Mas uma outra missão estava bem explícita para o sargento-mor: obter mudas de café, cultivado com sucesso naquele país desde 1719.

Não seria fácil obter essas mudas. Uma rigorosa fiscalização na Guiana impedia a saída do café com pergaminho (membrana que faz o grão germinar). Segundo registros históricos, após resolver a questão militar, o sargento foi a Caiena, capital do país, para agradecer pessoalmente ao governador pela atenção que lhe dispensara.

Para sua surpresa, foi recebido pela esposa do governador, a bela madame D'Orvilliers. Esta ofereceu ao sargento-mor uma xícara de café, a primeira que ele experimentou na vida. De forma sedutora, Francisco de Melo Palheta lamentou não haver cafeeiro nenhum no Brasil. Durante um passeio pelo cafezal, com a permissão do marido, madame D'Orvilliers ofereceu gentilmente a Palheta "uma mão cheia de pevides de café, praticando a galanteria de ser ela mesma quem as introduziu no bolso da casaca", para que Palheta pudesse renovar, quando regressasse ao Brasil, o prazer que então experimentara com a deliciosa beveragem. Assim, o sargento-mor voltou "não apenas com uma quantidade muito maior de sementes do que a esperada, mas também com cinco mudas de Coffea arábica".

Em terras brasileiras, a rubiácea, que entrara com Palheta no Estado do Pará, iria percorrer dezenas de Estados, chegando ao Rio de Janeiro, a São Paulo e a Minas Gerais, onde seu plantio se estabeleceria e estimularia o desenvolvimento econômico desses Estados. A construção de estradas e ferrovias, a capacitação de mão de obra (nem sempre justa, com a presença maciça de escravos até 1850) e a riqueza dos barões, que controlavam a política da República Velha, ajudariam o produto a se difundir para outros cantos do país, tornando-o o maior produtor mundial de café, como é atualmente.



Robusta



Arabica



Grãos Arábica e Robusta

O café possui duas variedades mais utilizadas comercialmente: a arábica e a robusta, de características bastante diferentes. No Brasil, os cafés especiais devem ser feitos a partir de grãos 100% arábica e, em geral, os grãos robusta são utilizados para a produção de cafés tradicionais, de características sensoriais inferiores. Em outros países produtores, como a Etiópia e Indonésia, há cafés de altíssima qualidade, feitos a partir de grãos robusta. Veja algumas diferenças entre eles.

COFFEA ARÁBICA - Café Arábica

Em geral, resulta em cafés superiores, aromáticos, de gosto suave e equilibrado, que podem ser consumidos sem blends. Possui muitas variedades, entre elas, a também chamada arábica (ou typica) e a bourbon. A typica apresenta mutações como Caturra, Mundo Novo e Blue Mountain. Outra variedade importante da typica é a maragogipe, vinda da região de Maragogipe, em Alagoas. Também conhecida por “elephant beans”, tem o grão um terço maior que os outros.

Principais características do café arábica: Aroma e sabor intenso, menor concentração de cafeína 0,8 a 1,4% e acidez, cultivado acima de 800 mts de altitude.

COFFEA CANEPHORA - Café Robusta

No Brasil, também conhecido como conilon, o café robusta é usado para compor blends. Possui duas vezes mais cafeína e é menos complexo (apresenta apenas 22 cromossomos, metade do café arábica). Desenvolve-se bem em temperaturas mais altas e em baixas altitudes, é resistente a pragas e doenças.

Principais características do café robusta: Sabor de madeira, baixa acidez e maior concentração de cafeína: 2,4%, cultivado abaixo de 800 mts de altitude sendo melhor se produzido a 400 mts.



Classificações do Café

Tradicional: O café tradicional é constituído de cafés arábica ou blendados (mesclados) com robusta, com limite de até 30% no blend, e podem ter até 20% de defeitos PVA (pretos, verdes e ardidos).

Superior: São cafés com valor agregado alto e são constituídos de 85% de café arábica e no máximo de 10% de PVA.

Gourmet ou Premium: São os mais raros e excelentes, com características únicas e valor agregado superior. Em sua composição, só pode haver grãos arábicas e não podem apresentar defeitos PVA.

Especiais: Os cafés especiais são avaliados por outras associações, que possuem critérios mais específicos; são 100% arábica, tem origem controlada, são provenientes de plantações acima de 800m de altitude, tem no máximo 12 defeitos por 300g de café, tem sabor marcante e bom equilíbrio entre doçura, amargor e acidez.

Características do Café

Sabor, aroma e corpo são as três características básicas e fundamentais para a classificação e apreciação da bebida.

Acidez: Percebida nas laterais da língua, dá brilho ao café e estimula a salivação ao primeiro contato da bebida com a língua. Pode ser forte ou fraca.

Amargor: Percebido no fundo da língua, onde as papilas gustativas são mais salientes. Pode ser resultado de cafés de baixa qualidade, torra muito escura ou preparo inadequado.

Corpo: É a sensação de persistência no paladar após a bebida do café; é a viscosidade e a oleosidade que ficam na boca. O café pode variar em ordem crescente: sem corpo, leve, bom corpo ou encorpado.

Doçura: Percebida na ponta da língua, é uma característica encontrada nos cafés de qualidade, permite ser bebido sem adição de açúcar.

Aroma: São elementos da bebida do café perceptíveis ao olfato. O café pode ter aroma frutado, de nozes, amêndoas, malte, cereal, caramelo.

Sabor: É a combinação das sensações de gosto doce, salgado, amargo e ácido com aromas de chocolate, caramelo, cereal torrado, que formam o sabor característico do café que gostamos de beber. Quando apresenta sabores estranhos, como de terra ou queimado, é considerado indesejável.

Sabor residual (aftertaste): É a sensação percebida após a ingestão da bebida. É o sabor que fica na boca. Se deixar um sabor que lembra chocolate, é um café de qualidade. Mas se lembra cigarro, queimado, borracha ou qualquer sabor estranho, não é um café de qualidade.

Adstringência: É a sensação de secura na boca deixada pelo café após a ingestão.

Organizações do Café

Há muitas organizações do café no Brasil e no mundo. No Brasil, as principais são a ABIC e BSCA. A associação Brasileira da Indústria do Café (ABIC), que representa as indústrias de torrefação e moagem de café de todo o país, tem diversos programas de qualidade. Entre estes, estão: Programa Permanente de Controle de Pureza de Café (Selo de Pureza ABIC), Programa de Qualidade do Café (PQC), Círculo de Café de Qualidade (CCQ), que procura diferenciar os melhores estabelecimentos e promover o café de alta qualidade; o programa Cafés Sustentáveis do Brasil é uma iniciativa para estimular a sustentabilidade no café, com qualidade e certificação.



Cultivo, colheita e beneficiamento

Etapa 1 – Condições climáticas e plantio

Vários fatores, como latitude, a altitude, a temperatura, as chuvas, a incidência dos raios solares, o solo e o sistema de cultivo estão relacionados com o crescimento da planta do café. Seu cultivo é bem delicado e está ligado a necessidade de exposição a água e sol.

Etapa 2 – Colheita

Depois de plantadas, as árvores de arábica, que fornecem os grãos que irão dar origem aos cafés, demoram cerca de 3 a 4 anos para produzir sua primeira colheita, e podem continuar produzindo frutos por 20 a 30 anos. Hoje em dia, a colheita mecanizada é cada vez mais comum. Uma colheitadeira consegue colher o equivalente ao trabalho manual de 150 pessoas, cobrindo uma área de 3 hectares em apenas um dia.

Etapa 3 – Beneficiamento

Após a colheita, vem a fase de beneficiamento, que utiliza dois sistemas: por via seca (para cafés naturais) e por via úmida (para o preparo de cafés lavados).

No sistema via seca, os frutinhas são separados por grau de maturação e defeitos, e são espalhados no terreiro, remexidos em intervalos regulares para que sequem de maneira uniforme.

No sistema via úmida, os frutos são colocados em um tanque com água e são separados por densidades, os verdes e os maduros afundam e os secos bóiam. Os cafés maduros são descascados e passam por um processo de lavagem e logo após são levados ao terreiro para a secagem.

Após a secagem são levados as tulhas onde descansam por até três meses, para só assim ser descascado e limpos com um jato de ar e por meio de vibração.

Para um controle maior sobre o produto final, os grãos passam por um processo de seleção manual e eletrônica. Os grãos, de alta qualidade, com características marcantes e valor agregado elevado, são pesados e colocados em sacas de 60 quilos.

Etapa 4 – Torra e industrialização

O processo de torra modifica completamente café, fazendo com que o café se expanda até 1/3 do seu tamanho e aflore centenas de aromas. Quando o grão é aquecido, várias reações químicas acontecem, entre elas a caramelização dos açúcares e as reações dos óleos. Os açúcares naturais da fruta vão sendo caramelizados à medida que a torra progride, ficando agradáveis ao nosso paladar. O grão contém óleos essenciais, responsáveis pelos aromas e sabores, além de ácidos, açúcares e nutrientes.

É muito importante que os grãos sejam mantidos em movimento durante esse processo, pois esse movimento assegura a uniformidade da torra e impede que a fornada queime. Quanto mais clara a torra, mais ácido o café. Quanto mais escura, mais amargo o café fica.

Após torrado, o café deve ser embalado em embalagens laminadas e valvuladas para que o ar não entre no pacote e faça com que o café perca aroma.



Defeitos comuns dos grãos

- 1) **PRETO:** Grão ou pedaço de grão de coloração preta opaca
- 2) **PEDRAS:** Pequenos residuais de pedras e outros sólidos
- 3) **MARINHEIRO:** Grão que, no benefício, o pergaminho (película que recobre o fruto do café, que se encontra entre ele e a casca) não foi total ou parcialmente retirado.
- 4) **PAU MÉDIO:** Residuais de galhos e madeira.
- 5) **BROCADOS:** Grão danificado pela broca do café (parasita dos cafezais) apresentando um ou mais orifícios limpos ou sujos.
- 6) **CASCA PEQUENA:** Cascas de café, colheita por derriça no chão e abanação mal feita
- 7) **ARDIDO:** Grão ou pedaço de grão que apresenta a coloração marrom, em diversos tons, devido à ação de processos fermentativos.
- 8) **CHOCHO:** Adubação mal feita, pouca irrigação e fatores genéticos ou fisiológicos
- 9) **MALGRENADO:** Grão com formação incompleta apresentando-se com pouca massa e, às vezes com a superfície enrugada.
- 10) **CONCHAS:** Defeito genético resultante da separação de grãos imbricados oriundos da fecundação de dois óvulos em uma única loja do ovário.
- 11) **QUEBRADOS:** Pedaço de grão de forma ou tamanho variado.
- 12) **VERDE:** Grão imaturo com película prateada aderida com sulco ventral fechado e de coloração verde em tons diversos.

Classificações do Café

Tradicional: O café tradicional é constituído de cafés arábica ou blendados (mesclados) com robusta, com limite de até 30% no blend e podem ter até 20% de defeitos PVA (pretos, verdes e ardidos).

Superior: São cafés com valor agregado alto e são constituídos de 85% de café arábica e no máximo de 10% de PVA.

Gourmet ou Premium: São os mais raros e excelentes, com características únicas e valor agregado superior. Em sua composição, só pode haver grãos arábicas e não podem apresentar defeitos PVA.

Especiais: Os cafés especiais são avaliados por outras associações, que possuem critérios mais específicos e são 100% arábica, tem origem controlada, são provenientes de plantações acima de 800m de altitude, tem no máximo 12 defeitos por 300g de café, tem sabor marcante e bom equilíbrio entre doçura, amargor e acidez.

QUEM É O BARISTA?

Barista é o profissional especializado em cafés de alta qualidade (cafés especiais), cujo principal objetivo é alcançar a "xícara perfeita". Também trabalha criando novos drinks baseados em café, utilizando-se de licores, cremes, bebidas alcoólicas, entre outros.

Deve ser profundo conhecedor de todas as fases da vida do café, desde o cultivo da planta, etapas de processamento e beneficiamento do grão, processos de torra e moagem, além, é claro, dos detalhes processos de extração da bebida, seja em máquinas de expresso ou em outros métodos de preparo.

Em São Paulo, desde 2007 se comemora o Dia do Barista no mesmo dia em que se comemora o Dia Nacional do Café: 24 de Maio.



Abordagem Inicial e Atendimento ao Cliente

Para que o SESC SP se torne uma referência em qualidade de atendimento é fundamental que você, como profissional, siga uma série de procedimentos. Portanto, preste atenção às informações abaixo.

1. Receba o cliente no balcão de forma cordial. Um sorriso e palavras como “bom dia”, “boa tarde” ou “boa noite” são muito importantes.
2. Em seguida, você deve fazer a seguinte pergunta: “O senhor (ou a senhora) já fez sua escolha?”. Depois, espere, pacientemente, que o pedido seja feito. Caso o cliente não se manifeste, é importante perguntar: “Posso ajudá-lo/ajudá-la?”.
3. No momento seguinte, você deve perguntar se o cliente possui alguma preferência. Caso negativo, pergunte: “O senhor (ou a senhora) conhece nosso cardápio?”. Se a resposta for “não”, apresente o cardápio, oriente o cliente e esclareça todas as suas dúvidas.
4. Indique os diferenciais das bebidas. Seja claro e explique com precisão e firmeza as qualidades de cada uma delas, procure entender o que o cliente deseja e indique com confiança o que mais possa satisfazê-lo.
5. Depois que o cliente fizer o pedido, pergunte se ele deseja algo mais para acompanhar. Se a resposta for negativa, seja sempre cordial, apenas confirme o pedido e retire-se com um sorriso.
6. Seja ágil, mas sem deixar que isso afete o bom atendimento.
7. A seguir, entregue o pedido e deseje um “bom café”, “boa bebida” ou “bom lanche”, conforme o pedido feito.
8. Ao final se despeça dizendo: “Obrigado pela presença!”.

Equipamentos e acessórios

Para que as bebidas sejam preparadas de forma adequada e padronizada será necessário o uso de alguns utensílios. Utilizando cada um deles de forma correta, o trabalho será feito de forma muito mais fácil e com resultados bastante positivos! Afinal, cada um deles tem um papel importante para garantir que as bebidas estejam dentro do padrão SESC SP.

Veja, abaixo, a lista de acessórios que você irá necessitar e aproveite para saber um pouco mais sobre eles.



Compactador (Tamper) – Utilizado para a compactação do café no porta-filtro. A correta pressão do tamper contra o café gera um cake filtrante. É por esse cake que passará a água quente que dará origem à bebida. Se compactado demais, o cake dará origem a um expresso amargo. Se pouco compactado, o café ficará ralo. Os tampers possuem tamanhos de base diferentes (49mm, 51mm, 52mm, 53mm, 55mm, 56mm, 57mm e 58mm) verifique o tamanho ideal para sua máquina.



Porta tamper – Suporte para apoio do porta filtro durante a compactação.



Pincel – Instrumento utilizado para retirar, do porta filtro resíduos de café extraído anteriormente, ajudando a evitar a proliferação de bactérias. Serve para limpar as lâminas do moinho .



Shot glass – Copo medidor utilizado para medir a quantidade do expresso (dever ser utilizado junto com o cronômetro).



Cronômetro – Utilizado para regular o tempo de caída do expresso.



Espátula – Utilizado para nivelar o pó de café no porta-filtro, sem a utilização das mãos.



Balança de precisão – Utilizado para a regulação da gramas que será utilizado para a extração do café.



Leiteira (pitcher) – Recipiente de aço onde se vaporiza ou se aquece o leite. 12oz (400ml), 20oz (600ml).



Termômetro – Importante para controlar a temperatura do leite, evitando que ele ferva. Utilizado durante o período inicial de treinamento, pois não é tão fácil perceber o momento em que o leite alcança a temperatura ideal. Após algum tempo, e de um pouco mais de experiência, colocar a própria mão embaixo da leiteira será o suficiente para identificação da temperatura ideal (62 °C).



Polvilhador – Utilizado para inserir pequenas doses de ingredientes, como chocolate em pó e canela em pó em bebidas.



Pano descartável– Para limpeza geral do balcão e de compartimentos da cafeteria ao longo do dia.

Entendendo a Máquina de Expresso



O UNIVERSO DO EXPRESSO

O café expresso

Em poucos mililitros, o expresso traduz o que se pode obter de melhor do café: a diversidade de aromas, um sabor concentrado e uma textura cremosa, aveludada, que nos seduz desde o primeiro gole.

O envolvimento do café com seu consumidor começa pelo nome. “Expresso” deriva do latim e pode ser traduzido como “sob pressão” ou “sob ordem”. Apresentado pela primeira vez oficialmente em uma feira em Paris, em 1855, o expresso foi difundido mundialmente pelos italianos, que o consomem diariamente. É um café preparado individualmente em um equipamento específico (máquina de café expresso), para ser saboreado no momento, logo após o pedido do consumidor.



Passo a passo para a preparação do expresso:

Siga as etapas abaixo, sabendo que entender cada uma delas e realizá-las corretamente é fundamental para que a extração do Expresso seja bem feita.

Moagem do café: A moagem – trituração dos grãos de café – é um ponto de grande importância para a obtenção de uma boa bebida. O ideal é que ela seja feita imediatamente antes da extração e que esta ocorra o mais rápido possível. O moinho deve ser ativado por aproximadamente 15 segundos toda vez que uma dose (também conhecida como shot) for preparada, para que somente o café fresco seja usado.

O moinho, além de manter o pó armazenado, possui regulagem de “granulometria”. Ou seja, permite que você escolha o grau de moagem conforme a necessidade do café. Para isso, o equipamento possui duas lâminas: uma superior, fixa e uma inferior que gira. Quanto mais próximas elas estiverem uma da outra, mais fino será o pó de café.

A dose de café deve ser de 8 gramas (porta-filtro simples) ou 16 gramas (porta-filtro duplo).

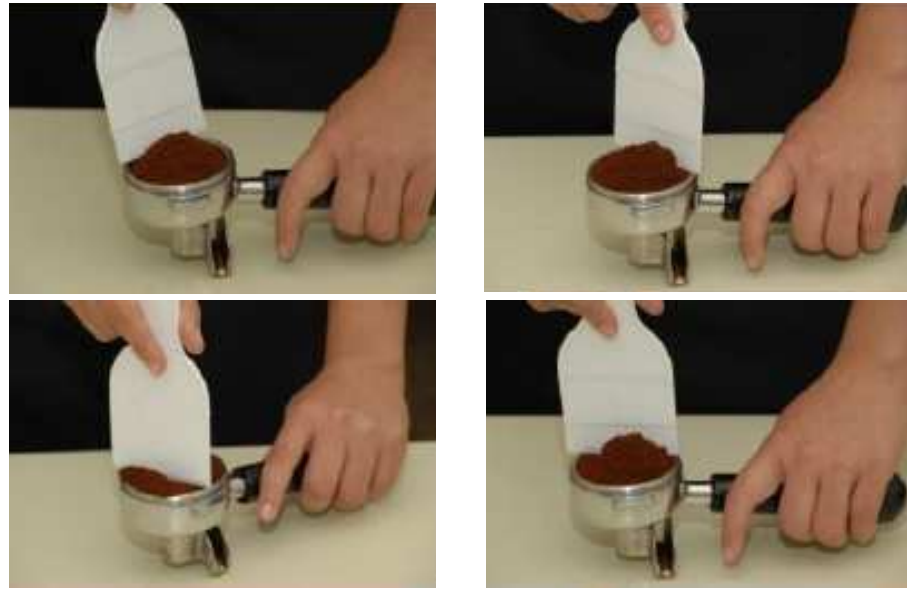
Enquanto segura o porta-filtro com uma das mãos, nivele o pó com a ajuda da espátula, nivelando suavemente o pó. Deixe lisinho e nivelado sem deixar grandes desníveis no porta-filtro.

Compactação

Após nivelar o café, chegou a hora de compactar o pó de café para a extração do expresso. Para iniciar o processo, segure o compactador (conhecido como tamper) como se fosse a extensão do seu braço, apóie o porta-filtro no porta tamper e coloque o tamper sobre o pó, sem colocar nenhuma força, verifique se o tamper está torto. Retire o tamper, dê uma leve batidinha com as costas do tamper e agora pressione com uma força de 15kg sobre o pó para que ele forme um bolo (conhecido como cake). Cuidado para não entortar o tamper na hora de colocar a força.

Dê uma leve volta com o tamper sobre o café, de forma que o cake fique polido. Toda essa etapa deve ser realizada o mais rápido possível para que não haja queda da temperatura do grupo que será utilizado para a extração do Expresso.

Como arrumar o pó de café no porta-filtro



Compactação



Extração

Antes de encaixar o porta-filtro no grupo, deve ser acionado o jato de água (conhecido como flush) para a limpeza do grupo, encaixe o porta-filtro no grupo e aperte o botão para iniciar a extração do expresso. Posicione a xícara sob o grupo. Nesse momento ocorre a pré-infusão que é o momento onde a água se espalha pelo cake antes da extração começar. Depois, o líquido começa a fluir pela xícara, o que deve durar cerca de 25 segundos, formando uma camada cremosa.

A água utilizada para a extração deve estar a 90°C, para que os grãos não sejam queimados perdendo suas melhores características, e sair com uma pressão de 7 a 11 atmosferas, para que os óleos aromáticos sejam extraídos em todo o seu potencial.

CONTINUAÇÃO - PASSO A PASSO DA PREPARAÇÃO DO EXPRESSO

A xícara

Antes de receber a bebida, a xícara utilizada deve estar limpa e aquecida (de forma que se possa tocar nela com a mão e os lábios, por 3 segundos, sem queimá-los). Deve ser de 60ml e de porcelana ou cerâmica, que mantém a temperatura da bebida.

O serviço

Após extraído, o expresso deve ser servido muito rapidamente para que seus aromas não volatilizem.

Resumindo

- 1 – Lave as mãos e limpe o porta-filtro
- 2- Moa o café e passe a quantidade recomendada para o porta-filtro. Nivele o café.
- 3- Faça a compactação do pó.
- 4- Bata suavemente na lateral do porta-filtro, soltando o pó que possa estar ali acumulado. Faça a compactação novamente, fazendo um giro de 720 graus com o compactador.
- 5- Verifique se há espaço no porta-filtro para a expansão do café. Para isso, insira o item no grupo, em seguida, retire-o.
- 6- Antes de juntar a água quente ao “bolo” compactado, verifique a temperatura da água.
- 7- Acione o jato de água e posicione a xícara sob o grupo, iniciando a extração, que deve durar cerca de 25 segundos.
- 8- Minutos após a extração do EXPRESSO, deve-se permitir que passe água pelo porta-filtro. Ao retirá-lo, seja para descartar o bolo, dosar ou compactar o pó, execute o processo rapidamente.
- 9- Ao final do dia, é necessário que a máquina de EXPRESSO seja inteiramente limpa por meio de retrolavagem. O porta-filtro, as cestas do filtro, a cabeça do grupo e o moinho também devem ser limpos. Mais informações na seção “Limpeza e Higienização”.

Avaliando o café expresso



AVALIAÇÃO	EXPRESSO PERFEITO	MUITO PASSADO (SUPEREXTRAÍDO)	POUCO PASSADO (SUBEXTRAÍDO)
AROMA	Bom	Levemente queimado	Fraco ou suave
CREME: COR	Tons marrom- avermelhados; Listras vermelhas no centro (padrão tigrado)	Borda escura, buraco negro no centro	Tons amarelo-pálidos
CREME: BOLINHAS	Pequenas	Médias	Grandes
CREME: CONSISTÊNCIA	Expresso	Em forma de halo, na borda da xícara, sem creme no meio	Ralo/sem consistência
CREME PERSISTÊNCIA	3 a 4 minutos	1 a 2 minutos	Menos de 1 minuto
CORPO	Consistente	Pouco consistente	Aguado
SABOR	Doce	Amargo, adstringente (sensação de secura na boca)	Fraco
SABOR RESIDUAL	Doce	Amargo	Pouca duração
PROBLEMA NO PREPARO	Sem problemas	Tempo de extração muito longo	Moagem grossa, temperatura baixa, tempo de extração muito curto

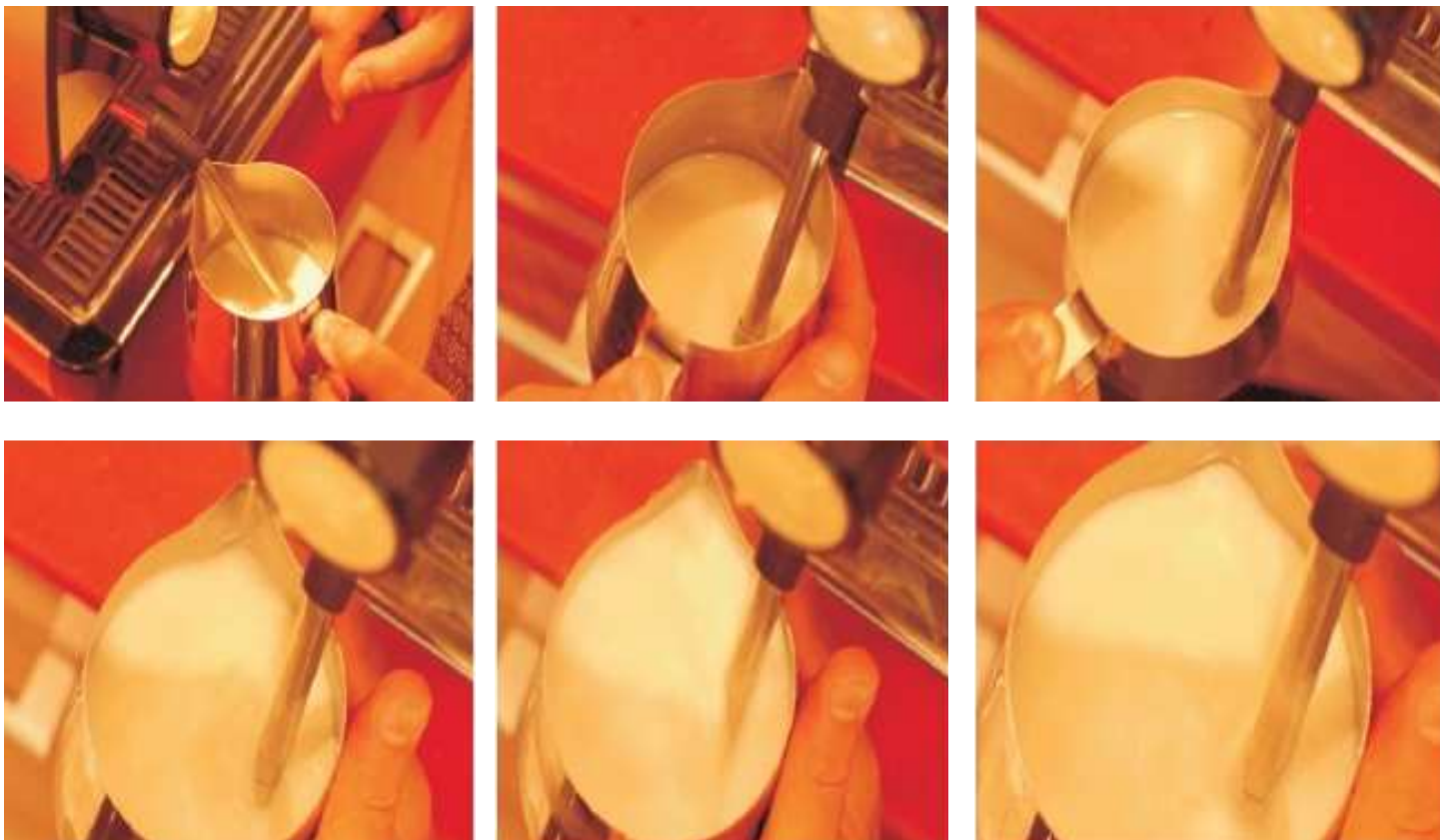
O CAPPUCCINO

Passo a passo da preparação do cappuccino

O CAPPUCCINO é um café EXPRESSO acrescido de leite vaporizado. Após concluir o EXPRESSO, deve-se inserir o leite. Para vaporizar o leite, o barista deve seguir os passos abaixo:

- 1- Usar leite integral a 4°C. Quanto maior for o nível de gordura do produto, melhor será a vaporização.
- 2- Acione o vaporizador e espere cerca de três segundos, que é o tempo médio para que o vapor comece a sair.
- 3- Coloque a quantidade desejada de leite na leiteira (pitcher).
- 4- Posicione a haste do vaporizador logo abaixo da superfície do leite e acione o vapor em nível alto. Como o volume do leite praticamente dobra, é importante colocar sempre a medida ideal de leite na leiteira.
- 5- Segure a leiteira por baixo com uma das mãos e conclua a vaporização ao perceber que o leite atingiu a temperatura ideal: 62°C. Enquanto não tiver prática nessa etapa, utilize um termômetro.
- 6- Imediatamente após desligar o vaporizador, passe um pano sobre a haste, evitando que o leite se solidifique em contato com o ar. Para efetuar a limpeza, acione e desligue o vaporizador.
- 7- Segure a pitcher com o leite vaporizado e faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas. Segure a xícara com uma das mãos. Com a outra, segure a leiteira com os dedos em formato de pinça, apóie o bico na xícara e acrescente, com velocidade constante, o leite ao café. Está pronto o CAPPUCCINO!

Vaporização de leite



Ficha técnica das Bebidas de Café SESC SP

CAFÉ EXPRESSO



Ingredientes	Café e água
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 50ml de água
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara pequena e a colher paralela à asa da xícara. O expresso é preparado colocando-se na cesta dosadora (filtro) aproximadamente 8g de café moído, prensando-o com pressão de 15 a 20kg. Em seguida, o porta-filtro é colocado no grupo. A extração se dá fazendo passar a água quente com a pressão (já regulada) sobre o bolo compactado de café em um tempo de extração que deve variar entre 20 e 30 segundos (de preferência 25 segundos).
Rendimento	50ml

EXPRESSO CURTO



Ingredientes	Café e água
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 30ml de água
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara pequena e a colher paralela à asa da xícara. Coloque na cesta dosadora (filtro) aproximadamente 8g de café moído, prensando-o com a pressão de 15 a 20kg. Em seguida, coloque o porta-filtro no grupo. A extração se dá fazendo-se passar a água quente com a pressão (já regulada) sobre o bolo compactado de café, em um tempo de extração que deve variar entre 15 e 18 segundos.
Rendimento	30 ml

EXPRESSO CARIOCA



Ingredientes	Café e água
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 50ml de água
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara pequena e a colher paralela à asa da xícara. Adicione 20ml de água no fundo da xícara e prepare um expresso curto colocando no porta-filtro a quantidade aproximada de 8g de café moído, prensando-o com pressão de 15 a 20kg. Em seguida, o porta-filtro é encaixado no grupo. A extração se dá fazendo-se passar água quente com pressão (já regulada) sobre o bolo compactado de café, em um tempo de extração que deve variar entre 15 e 18 segundos.
Rendimento	50 ml

EXPRESSO COM LEITE
PEQUENO
(LEITE VAPORIZADO)



Ingredientes	Café e leite
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 30ml de água 30ml de vaporizado (espuma do leite)
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara pequena, e a colher paralela à asa da xícara. Extraia um expresso curto; vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e com a outra segure a leiteira (pitcher) com os dedos em formato de pinça; faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente no topo desta, com fluxo constante, o leite cremoso (espuminha). A camada de leite cremoso deve ter a altura de um centímetro e deve haver na borda da xícara uma auréola de café.
Rendimento	60 ml

**EXPRESSO COM LEITE
GRANDE
(LEITE VAPORIZADO)**



Ingredientes	Café e leite
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 50ml de água 130ml de leite vaporizado
Modo de preparo	Mise-en-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande, e a colher paralela à asa da xícara. Extraia um expresso de 50ml na xícara grande; vaporize o leite, segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e com a outra segure a leiteira com os dedos em formato de pinça; faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente, com fluxo constante, o leite cremoso, deixando para completar a xícara uma camada de espuma de leite de, no mínimo, 1cm.
Rendimento	180 ml

**CAPPUCCINO
ESPECIAL**



Ingredientes	Café, leite e chocolate em pó
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 2g de chocolate em pó polvilhado (Nestlé) 30ml de água 150ml de leite vaporizado
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande, e a colher paralela à asa da xícara. Vaporize o leite, segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Polvilhe um pouco de chocolate em pó sobre o expresso; segure a xícara com uma das mãos e, com a outra, segure a leiteira (pitcher) com os dedos em formato de pinça; faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; acrescente, em fluxo constante, o leite cremoso ao café, deixando uma quantidade de espuma de leite de, no mínimo, 1 cm para completar a xícara.
Rendimento	180 ml

MOCHA



Ingredientes	Café, leite e calda de chocolate
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 50ml de água 110ml de leite vaporizado 20ml de calda de chocolate
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande, e a colher paralela à asa da xícara. Adicione a calda de chocolate e extraia um expresso de 50ml. Vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e, com a outra, segure a leiteira (pitcher) com os dedos em formato de pinça; faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente, o leite cremoso com fluxo constante, misturando-o ao café uniformemente, deixando espuma de leite suficiente para formar uma camada de, no mínimo, 1 cm, completando, assim, a xícara. Sobre a espuma de leite faça uma decoração com calda de chocolate.
Rendimento	180 ml



Ingredientes	Chocolate em pó e leite vaporizado
Validade	Consumo imediato
Receita	60ml leite - para o pequeno 180ml leite - para o grande 10g de Chocolate em pó (Nestlé) - para o pequeno 20g de Chocolate em pó (Nestlé) – para o grande
Modo de Preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara (conferir o tamanho da bebida), e a colher paralela à asa da xícara. Use 20g de chocolate em pó para a xícara grande e 10g de chocolate em pó para a pequena. Dissolva o chocolate em pó com uma pequena quantidade de leite quente, formando uma pasta. Espalhe essa pasta no interior da xícara, até a borda. Vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e, com a outra, segure a leiteira (pitcher); faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie bico da leiteira na xícara e acrescente, com fluxo constante, o leite cremoso. Polvilhe o chocolate em pó para decorar.
Rendimento	60ml - pequeno ou 180ml - grande

CAPPUCCINO - RECEITA DA BASE DO CAPPUCCINO INTEGRAL (PÓ)

PÓ CAPPUCCINO INTEGRAL

- 0,400kg leite em pó integral (Ninho)
- 0,100kg café solúvel (Nescafé Tradição)
- 0,500kg chocolate em pó (Nestlé - 50% - chocolate dos dois frades)
- 0,500kg açúcar refinado (União ou Barra)
- 0,018kg bicarbonato de sódio

Modo de preparo: Juntar todos os ingredientes em uma vasilha e misturá-los; depois passar por uma peneira 3 vezes, para que fique um pó uniforme e fino. Armazenar em um utensílio com tampa, devidamente protegido.

CAPPUCCINO
GRANDE / PEQUENO



Ingredientes	Preparado SESC SP Light de cappuccino e leite
Validade	Consumo imediato
Receita	Para o pequeno 10g de pó para cappuccino mais 60ml de leite vaporizado. Para o grande 20g de pó para cappuccino mais 180ml de leite vaporizado.
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande e a colher paralela à asa da xícara. Coloque na xícara a mistura de cappuccino (10g para o cappuccino pequeno e 20g para o cappuccino grande), e dissolva essa mistura com uma colher de sopa de leite quente até homogeneizar. Espalhe essa mistura até a borda da xícara. Vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e, com a outra, segure a leiteira (pitcher); faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente o leite cremoso, com fluxo constante, misturando-o à base de cappuccino da xícara. Para finalizar, polvilhe sobre a espuma um pouco da mistura de cappuccino em pó.
Rendimento	60ml - pequeno ou 180ml - grande

PÓ CAPPUCCINO LIGHT - RECEITA DA BASE DO CAPPUCCINO LIGHT (PÓ)

- 0,100kg café Solúvel (Nescafé Tradição)
- 0,400kg leite em pó desnatado (Molico)
- 0,500kg chocolate em pó (Nestlé 50% - chocolate dos dois frades)
- 0,050kg adoçante em pó forno e fogão (Tal Qual)
- 0,08kg bicarbonato de sódio

Modo de preparo: Juntar todos ingredientes em uma vasilha e misturar, depois passar por uma peneira 3 vezes , para que fique um pó uniforme e fino. Armazenar em um utensílio com tampa, devidamente protegido.

CAPPUCCINO LIGHT



Ingredientes	Preparado SESC SP Light de cappuccino e leite
Validade	Consumo imediato
Receita	Para o pequeno 5g de pó para cappuccino mais 60 ml de leite desnatado vaporizado. Para o grande 15g de pó para cappuccino mais 180ml de leite desnatado vaporizado.
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande e a colher paralela à asa da xícara. Coloque na xícara a mistura de CAPPUCCINO LIGHT (5g para o cappuccino pequeno e 15g para o cappuccino grande) e dissolva essa mistura com uma colher de sopa de leite quente, até homogeneizar. Espalhe essa mistura até a borda da xícara. Vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e, com a outra, segure a leiteira (pitcher); faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente o leite cremoso com fluxo constante, misturando-o à base de cappuccino da xícara. Para finalizar, polvilhe sobre a espuma um pouco da mistura de cappuccino em pó.
Rendimento	60ml - pequeno ou 180ml - grande

CHÁ QUENTE



Ingredientes	Chá (diversos sabores)
Validade	Consumo imediato
Receita	Chá em sachê Água quente
Modo de preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara grande e a colher paralela à asa da xícara. Coloque água quente na xícara grande até a altura da parte superior da asa. Pergunte ao cliente qual o chá escolhido e sirva o sachê no pires para que o próprio cliente faça a infusão.
Rendimento	180 ml

CHOCONCCINO



Ingredientes	Café, leite, raspas de laranja e chocolate meio amargo picado
Validade	Consumo imediato
Receita	8g de café moído 50ml de água 1g raspas de laranja pêra 130ml de leite vaporizado 10g chocolate meio amargo, em raspas
Modo de Preparo	Mise-in-place: Coloque o biscoitinho oposto à asa da xícara (rente à xícara) e a colher paralela à asa da xícara. Verifique se a xícara está aquecida e coloque no fundo da mesma uma colher de sopa (10g) de raspas de chocolate e raspas de laranja (1g). Extraia um expresso de 50 ml sobre as raspas de chocolate e laranja, vaporize o leite segurando a leiteira (pitcher), tendo em baixo dela uma das mãos para controlar e sentir o ponto de aquecimento do leite. Segure a xícara com uma das mãos e com a outra, segure a leiteira (pitcher); faça movimentos rápidos e circulares para eliminar bolhas; apóie o bico da leiteira na xícara e acrescente o leite cremoso com fluxo constante. Com a ajuda de uma colher espalhe as raspas de chocolate sobre a espuma para finalizar.
Rendimento	180ml

PRÁTICAS IMPORTANTES PARA A GARANTIA DA QUALIDADE

Conservação dos grãos

Observe as orientações fundamentais para conservar os grãos adequadamente.

- Os grãos de café que estiverem no moinho durante o dia, mas que não chegaram a ser utilizados devem, no final do dia, ser guardados na própria embalagem, bem vedado e em temperatura ambiente.
- O saco deve ser depositado em um pote hermeticamente fechado, que pode ser de plástico ou vidro.

Confira o tempo de validade do café quando armazenado de diferentes maneiras. Fique atento, pois essas informações são muito importantes para que o café seja oferecido ao cliente sem perder suas características.

- Pacote fechado com válvula – entre 15 e 90 dias após a data da torra;
- Pacote aberto para utilização no moinho – máximo 24h;
- Café moído no moinho – máximo 30 minutos;
- Café na xícara – deve ser consumido imediatamente.

Limpeza de utensílios ao longo do dia

- PORTA-FILTRO – Antes de preparar um novo EXPRESSO, retire do porta-filtro a borra do EXPRESSO feito anteriormente, limpando o filtro com a ajuda de um pincel. Em momentos de menor movimento, aproveite para limpar o porta-filtro com água, secando-o com um pano limpo e seco.
- HASTE DO VAPORIZADOR – Quando for preparar um CAPPUCINO, durante o processo de vaporização do leite, é importante não esquecer de, logo após desligar o vaporizador, passar um pano sobre a haste. Com isso, o leite não se solidificará em contato com o ar. A limpeza é simples: basta ligar e desligar o vaporizador. Esse procedimento deve ser feito rapidamente para que você volte a dedicar sua atenção ao preparo da bebida. Antes e depois de preparar um CAPPUCINO, libere o vapor para eliminar resíduos de leite que possam ter ficado na parte interior da haste.
- PANO DE LIMPEZA – Você deve trabalhar com, no mínimo, quatro panos limpos e secos – um para ser usado exclusivamente para a limpeza do porta-filtro, outro para limpar a haste vaporizadora, outro para a grade da máquina (que, durante o dia, acaba sendo molhada com gotas de café), e o último para a limpeza do balcão. Os panos de limpeza devem ser trocados constantemente ao longo do dia.
- XÍCARAS – É importante que as xícaras sejam limpas tão logo sejam devolvidas pelos clientes. Isso é fundamental para que a pia não tenha seu aspecto comprometido. Após serem higienizadas, as xícaras devem ser posicionadas sobre a cafeteira, para que possam ser aquecidas.
- BALCÃO – Mantê-lo bem limpo e higienizado ao longo do dia.



Limpeza de utensílios ao final do dia

- **MÁQUINA DE EXPRESSO – LIMPEZA PADRÃO** – Ao final do dia, é necessário que a máquina de expresso seja inteiramente limpa por meio de retro-lavagem. Para isso, insira em um dos porta-filtros o filtro cego (que é uma cesta de filtros sem buracos); deposite nele meia colher de café detergente (especial para a máquina) e coloque-o de volta na máquina. Acione o botão de extração e deixe trabalhar por 20 segundos. Faça isso cinco vezes. Depois, esvazie o filtro cego e repita a operação, agora com água limpa, por várias vezes. Passe o pano úmido no grupo tirando todo o resto de café que possa haver nele. Dependendo da máquina, você poderá desmontar o grupo com a chave de fenda e lavar as peneiras somente com água e uma bucha macia. A parte externa da máquina deve ser limpa com um pano, usando somente água e álcool. Não há necessidade de usar produtos com ação detergente.
- **PORTA-FILTRO** – O porta-filtro deve ser mergulhado em uma mistura de água quente e detergente especial. Deve ser mantido dessa forma durante toda a madrugada. No dia seguinte, você deve esfregar as cestas do filtro até que nenhum buraco esteja obstruído. Por fim, esfregue o porta-filtro até que não haja resíduo nenhum de óleo derivado do café. Uma boa alternativa é o uso de açúcar cristal juntamente com uma esponja específica para uso de café, que ajuda na remoção de boa parte da sujeira no porta-filtro, recomendado para uma limpeza mais diária e superficial.
- **CABEÇA DO GRUPO E TELA DE DISPERSÃO** – A cabeça do grupo também merece atenção no fim do dia. Para limpá-la, remova o parafuso com uma chave de fenda e use uma escova de cerdas para uma limpeza completa. A tela de dispersão também deve ser removida e limpa diariamente. Completando o processo de limpeza, passe uma escova dura e limpe a cabeça do grupo.
- **MOINHO** – Já o processo de limpeza do moinho exige outros cuidados. Primeiramente, desligue o moedor da tomada. Em seguida, com um pincel, limpe todos os resíduos de café de seu interior. Passe um pano seco por fora do aparelho. Retire somente as partes removíveis e lave-as com água morna. Seque-as bem com a ajuda de um pano limpo. Lembre-se de, a cada 15 dias, desmontar todo o moinho e fazer uma limpeza profunda e geral para manter a qualidade do equipamento. Troque as lâminas a cada 800kg de café moído.