Главное различие зеленого кофе от черного – это состав. А значит, что и эффект от его применения будет разный. У этого напитка сильный, положительный эффект влияния на организм человека. Зеленый кофе превосходит черный по еще одному параметру. Это – возможность хранения длительного времени без потери полезных свойств и вкусовых качеств. В то же время напиток начинает терять свой аромат уже спустя некоторое время.



Его зерна можно, и даже в некоторых случаях нужно обжаривать. При этом снижается уровень кофеина, что так важно для многих людей. Дополнительно обжаривание улучшает вкус и облегчает процесс помола зерен. Обжарить зерна зеленого кофе можно двумя способами, в зависимости от того, какого эффекта человек хочет добиться.

Если преследуется цель улучшить вкусовые качества, а полезные свойства зеленого кофе уходят на второй план, то зерна обжариваются на сковороде до светло-коричневого цвета. Как правило, на это уходит порядка 20 минут.

А если цель – извлечение максимальной пользы от приготовленного напитка, то зерна

прокаливаются на сковороде. Изначальный цвет не меняется, посторонние запахи не появляются. А вот свойства свои сохраняются лучше всего.

Существуют основные правила, которые должны соблюдаться для достижения максимального эффекта при обжарке. Это отсутствие дополнительных добавок, масел, с которыми бы обжаривались зерна. Температура обработки должна быть умеренная. Последующей обработке зерна допускаются только после их остывания до комнатной температуры.

Кроме зеленого кофе в зернах бывает еще и растворимый. Несомненное достоинство такого напитка - это минимум затраченных усилий для приготовления. Требуется только добавить горячей воды. Технология изготовления растворимого зеленого кофе абсолютно идентична производству черного, за исключением обжарки. Выпускается три вида этого напитка: порошкообразный, гранулированный и сублимированный.

- В сравнении с другими видами порошкообразный является самым недорогим. Обработка состоит из очистки, мелкого дробления и воздействия давлением горячей воды. Затем охлажденный напиток пропускают через специальные фильтры и высушивают. Для приготовления не требуется специальное оборудование. Срок хранения здесь наибольший из всех видов.

- При изготовлении гранулированного кофе применяется обработка паром в результате которой, кофейный порошок накапливается в гранулах. Такой напиток отличается хорошей растворимостью, но немного уступает в аромате и вкусовых качествах.

- Наиболее сложным в изготовлении, но зато и более качественным, является сублимированный кофе. Предварительно необходимо провести заморозку кофейного настоя, потом понемногу лед испаряется, и кофе превращается в кристаллы, которые за счет вакуумного состояния обезвоживаются, сохраняя при этом все вкусовые и ароматные качества. Цена такого продукта выше, но и качество не сравнимо с другими видами.

Если варить кофе не приносит вам удовольствие или просто не хватает времени, то растворимый будет наилучшим вариантом. К тому же стоимость его невысокая. Есть

мнение, что он проигрывает в полезных свойствах. Основное его отличие от кофе в зернах, в том, что содержание кофеина выше и это может сказаться на пищеварении, а наша цель в его улучшении и снижении лишних килограмм.

Производство растворимого вида продукта отличается от зернового, поэтому и качество его ниже. Ведь, высушивая, выпаривая и замораживая кофе, вкус и аромат теряются, а это вынуждает производителей применять специальные химические добавки. Но на рынке более востребован именно растворимый. Его ценовые и диетические характеристики, а также высокая распространенность выгодно обыгрывается в рекламных роликах. Так что даже покупая такой кофе для оздоровления в аптечных точках, будьте внимательны к его качеству и способу изготовления. Не стоит приобретать дешевый и подозрительный продукт.