



Несмотря на то, что в современной кофейной индустрии используются, в основном, два сорта кофейных деревьев — арабика и робуста, общее их количество насчитывается чуть меньше ста, каждый из которых насыщен огромным количеством веществ:

- 1,2 тыс. химических элементов,  $\frac{3}{4}$  которых отвечают за «фирменный» аромат;
- незаменимые жирные кислоты (линолевая, линоленовая, олеиновая, стеариновая);
- пуриновые алкалоиды (теобромин, теофиллин, кофеин).

Последнее вещество — *кофеин* — психостимулятор, представляющий собой белые (либо лишенные цвета) кристаллики, содержащийся в больших количествах в кофе, меньше — в чае.

Интернет-магазин «Завари» напоминает, что весь ряд пуриновых алкалоидов, присутствующих в кофе, при длительном использовании может вызвать сильнейшее привыкание, схожее с алко- и наркозависимостью (особенно касается последнего). По-этому, можно понять желание многих людей употреблять любимый напиток без кофеина.

### «Плюсы»

Дело в том, что процесс декофеинизации (экстрагирования кофеина из кофейных зерен, чайных отходов) не настолько идеален, как можно себе представить, и состоит из следующих этапов:

1. термическое обрабатывание сырых (зеленых) кофейных зерен с помощью пара;
2. помещение в раствор, экстрагирующий кофеин (при этом сохраняя остальные важные микроэлементы);
3. повторение всех операций (доходит до такого количества, после которого остается 1-3% от первоначального содержания кофеина — полное избавление напитка от него является невозможным).

- уменьшение риска возникновения сахарного диабета 2 типа;
- приобретенного слабоумия;
- болезни Паркинсона;
- некоторых видов рака;
- нарушений сердечного ритма;
- инсультов;
- наличие пусть и незначительного количества кофеина сберегает и большинство преимуществ обычного кофе (вкус, аромат, бодрящий эффект).

### «Минусы»

Насколько бы парадоксально не прозвучало, но благодаря тому, что после декофеинизации сохраняется до 3% изначального содержания этого «коварного» алкалоида, сберегаются не только преимущества традиционного напитка, но и некоторые негативные моменты.

Специалисты, представляющие интернет-магазин «Завари», напоминают о наиболее распространенных из них:

- употребление даже декофеинизированного напитка в больших количествах, может вызвать в организме негативные процессы, аналогичные традиционному кофе;
- является серьезным мочегонным веществом;
- содержат особые кислоты, вызывающие периодическую изжогу;
- есть предположения (некоторые из них подтверждены исследованиями), что любой кофе вреден женщинам в период беременности — увеличение вероятности

## Кофе без кофеина

Автор: Administrator  
23.06.2015 18:17

---

ВЫКИДЫША.