

# FREDDO

Αλήθειες και ψέματα πίσω από τον best seller καφέ στην ελληνική αγορά

του Παναγιώτη Νίκα



Μέχρι και τα τέλη της δεκαετίας του 1980 οι νέοι πίνανε φραπόγαλο γλυκό και οι γηραιότεροι παραδοσιακό στο μπρίκι. Από τις αρχές του 1990 και μέχρι σήμερα παρατηρείται μια συνεχής μετακίνηση των επιλογών σε καφέ-ροφήματα με βάση τον espresso. Μοιραία έπρεπε να τροποποιήσουμε τις ξενόφερτες προτάσεις, που είναι όλες σε ζεστή εκδοχή, και να τις προσαρμόσουμε στις δικές μας ανάγκες για κρύα ροφήματα.

Όποια προσπάθεια και αν κάναμε έπρεπε να προσομοιώσουμε οπτικά το ρόφημα στον φραπέ που είχαμε συνηθίσει. Αναγκαστικά το «χτυπούσαμε» στην φραπιέρα και για να περιορίσουμε τις φουσκάλες, χρησιμοποιούσαμε μαχαίρι (στην αρχή) και αφροσυλλέκτη

(στην συνέχεια). Σήμερα κυκλοφορούν σέικερ με ενσωματωμένο αφροσυλλέκτη σε διάφορα μεγέθη για να διευκολύνουν τη διαδικασία. Για να περιγράψουμε τα ροφήματα αυτά χρησιμοποιήσαμε την ιταλική λέξη freddo, που σημαίνει κρύο, καθώς οι συγκεκριμένοι ζεστοί καφέδες προέρχονται από την Ιταλία. Μέχρι εδώ όλα καλά.

Το πρόβλημα ξεκίνησε όταν έπρεπε να μεταλλάξουμε όλες τις επιλογές με βάση τον espresso, και γιγαντώθηκε όταν εμφανίστηκε η Starbucks όπου χρησιμοποιούσε πλαστικό διάφανο ποτήρι 330 ml. Μέχρι τότε ότι λάθος παραγωγή και να κάναμε τουλάχιστον χρησιμοποιούσαμε χάρτινο ή φελιζόλ ποτήρι 250 ml.

Παρασκευάζοντας τα ροφήματα στην κρύα τους εκδοχή αντιμετωπίσαμε το πρόβλημα της αραίωσης που προέκυπτε από την χρήση πάγου. Καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι, για να ισορροπήσουμε την αραίωση, αλλά και να καταφέρουμε να γεμίσουμε τα ποτήρια των 330 ml που έκαναν την εμφάνισή τους, έπρεπε να χρησιμοποιήσουμε δύο δόσεις καφέ.

Δημιουργήσαμε τα δύο βασικά ροφήματα που εκείνη την εποχή είχαν την μεγαλύτερη κατανάλωση, δηλαδή espresso και cappuccino και τα **«βαφτίσαμε» Freddo espresso και Freddo cappuccino.**



## ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΖΕΣΤΩΝ ΡΟΦΗΜΑΤΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟΝ ESPRESSO

Όνομασία	Καφές	Εκχύλιση	Γάλα	Κρέμα από γάλα
<b>Espresso classic</b>	1 δόση	25-30 ml	-	-
<b>Espresso macchiato</b>	1 δόση	25-30 ml	-	Έως 10 ml
<b>Espresso cortado</b>	1 δόση	25-30 ml	15 ml	15 ml
<b>Espresso con panna</b>	1 δόση	25-30 ml	-	Σαντιγί
<b>Cappuccino</b>	1 δόση	25-30 ml	30-40 ml	30-40ml
<b>Latte Cappuccino</b>	1 δόση	25-30 ml	30-80 ml	Ελάχιστη
<b>Latte</b>	1 δόση	25-30 ml	200-250 ml	Ελάχιστη



## ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ FREDDO

**Espresso:** Δύο δόσεις καφέ, εκχύλιση 60-70ml, προσθήκη ζάχαρης, ανάδευση στην φραπίέρα και σερβίρισμα από τον αφροσυλλέκτη

**Espresso Macchiato:** Παρασκευάζουμε ένα espresso freddo, το σερβίρουμε σε ψηλότερο ποτήρι και συμπληρώνουμε με κρέμα από γάλα. (Λανθασμένα μέχρι τώρα το αναφέρουμε ως freddo cappuccino)

**Espresso cortado:** Παρασκευάζουμε ένα espresso freddo, το σερβίρουμε σε ψηλότερο ποτήρι και συμπληρώνουμε με κρέμα από γάλα και γάλα

**Espresso con panna:** Παρασκευάζουμε ένα espresso freddo, το σερβίρουμε σε ψηλότερο ποτήρι και συμπληρώνουμε με κρέμα από γάλα εμπλουτισμένο με φυτική κρέμα ζαχαροπλαστικής (λανθασμένα μέχρι τώρα το αναφέρουμε ως freddo cappuccino με κρέμα)

**Cappuccino:** Παρασκευάζουμε ένα espresso freddo, σερβίρουμε πρώτα σε ψηλό ποτήρι κρέμα από γάλα σε αναλογία 2/3 του ποτηριού μαζί με τον πάγο και συμπληρώνουμε με τον espresso. Η ροή του καφέ απογαλακτοποιεί την ιδανική ποσότητα από την κρέμα και έτσι καταλήγει ένα ρόφημα με πιο σωστή αναλογία σύμφωνα με την εκδοχή του ζεστού ροφήματος cappuccino

**Latte Cappuccino:** Η ίδια τεχνική με τον espresso freddo cortado με αναλογία περισσότερο γάλα λιγότερη κρέμα από γάλα

**Latte:** Παρασκευάζουμε ένα espresso freddo το σερβίρουμε σε ψηλό ποτήρι και συμπληρώνουμε με κρύο γάλα



## Πως θα πετύχουμε το τέλειο Freddo Cappuccino

Σύμφωνα με τον πίνακα “Ορολογία Ζεστών Ροφημάτων”, ένα cappuccino περιέχει περίπου το 1/3 της ποσότητας του ροφήματος καφέ, 1/3 γάλα και 1/3 κρέμα. Στην εκδοχή του freddo που παρουσιάσαμε στην αγορά την δεκαετία του 1990 δεν υπήρχε πουθενά γάλα.

### Πως λοιπόν χρησιμοποιήσαμε ένα διεθνή όρο και μετατρέποντάς τον σε κρύο μεταλλάξαμε την συνταγή?

Δεν είναι τυχαίο που τα πρώτα χρόνια της εμφάνισης αυτών των προτάσεων οι περισσότεροι καταναλωτές, ιδίως οι γυναίκες που καταναλώνανε ζεστό cappuccino, ζητάγανε προσθήκη και λίγου γάλακτος για να περιορίσουν την ένταση του ροφήματος. Ως παρασκευαστές παραβλέψαμε το γεγονός ότι με το καλαμάκι ο καταναλωτής γεύεται μόνο καφέ και για να γευτεί παραπλήσια αναλογία με αυτή του ζεστού cappuccino πρέπει να το ανακατέψει πολύ καλά.

**Το δεύτερο Τεράστιο Λάθος που κάναμε ήταν η επιλογή του γάλακτος.** Για το ζεστό cappuccino χρησιμοποιούμε όσο πιο «παχύ» γάλα βρίσκουμε

γιατί τα λιπαρά του γάλακτος συμπληρώνουν τα λιπαρά του καφέ και εκτός από ωραία υφή και αίσθηση, αναδεικνύουν τα χαρακτηριστικά του καφέ. Για το κρύο αντιμετωπίζαμε πρόβλημα σταθερότητας στην πυκνότητα και μετά από πολλούς πειραματισμούς καταλήξαμε ότι τα λίγα λιπαρά κάνουν καλύτερη κρέμα, στην όψη τουλάχιστον. ΛΑΘΟΣ! Κατ’ αρχήν δεν μπορούμε ενώ την μια ημέρα σερβίρουμε ζεστό cappuccino, με υψηλά λιπαρά, και ο καταναλωτής έχει μια συγκεκριμένη γεύση, την επόμενη να του αλλάζουμε την συνταγή, άρα και την γεύση του, και να χρησιμοποιούμε λιγότερα λιπαρά, ιδίως χωρίς να τον έχουμε ενημερώσει. Κατά δεύτερον η έλλειψη λιπαρών περιορίζει την διάρκεια της πυκνότητας του γάλακτος και ο freddo cappuccino που σερβίρουμε, με γάλα χαμηλών λιπαρών, πολύ γρήγορα χάνει την ωραία του εικόνα. Το «μυστικό» στο γάλα είναι η θερμοκρασία και όχι τα λιπαρά του. Σε ένα ψυγείο το γάλα με τα χαμηλά λιπαρά σε σύγκριση με ένα με υψηλά λιπαρά, λόγω καλύτερης αγωγιμότητας, έχει καλύτερη θερμοκρασία (3-5° C).

Αν καταφέρουμε να πετύχουμε αντίστοιχη θερμοκρασία και σε αυτό των υψηλών λιπαρών θα έχουμε το ίδιο αποτέλεσμα πυκνότητας αλλά πολύ μεγάλη διάρκεια της υφής του και πολύ πιο νόστιμο. Για να καταφέρετε να έχετε το γάλα σας σε ιδανική θερμοκρασία τόσο για ζεστό όσο και για κρύο αποτέλεσμα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε δύο διαφορετικές τεχνικές

ανάλογα με την ροή της δουλειάς σας. Η πρώτη είναι να φροντίζετε να έχετε μια ποσότητα γάλακτος σε ένα ανοξεϊδωτο σκεύος, ιδανικά με καπάκι, και να το έχετε στο ψυγείο σας. Το ανοξεϊδωτο είναι πολύ καλός αγωγός, σε αντίθεση με την συσκευασία του γάλακτος (tetrapack), και διατηρεί το γάλα στην θερμοκρασία που έχει το ψυγείο. Η δεύτερη και πιο πρακτική είναι να δημιουργήσετε έναν «σταθμό» πάγου κοντά στην χρήση που το χρειάζεστε και να τοποθετήσετε μέσα μια ή δυο συσκευασίες γάλακτος, ανάλογα με την ροή της δουλειάς σας, και έτσι να καταφέρετε το γάλα να συντηρείται περίπου στους 0-3° C. Η δεύτερη τεχνική είναι πιο πρακτική την ώρα της δουλειάς, διότι το γάλα το έχουμε πάντα πιο εύκολα στην διαχείριση μας, από το να σκύβουμε και να ανοιγοκλείνουμε το ψυγείο.

Στον πίνακα “Ορολογία των Freddo”, σεβόμενος την διεθνή ορολογία και τις συνταγές τους προσπάθησα να κρατήσω τις αναλογίες και την ονομασία σύμφωνα με την αναλογία των υλικών. Σίγουρα θα υπάρχουν συνάδελφοι, που θα διαφωνήσουν και θα χρησιμοποιούν διαφορετική ονομασία. **Θα έπρεπε ως κλάδος να έχουμε φροντίσει να «βαφτίσουμε» τις κρύες εκδοχές με δικές μας ονομασίες**, όπως κάναμε και με τον κρύο στιγμιαίο, που τον «βαφτίσαμε» ΦΡΑΠΕ!

(\*) Παναγιώτης Νίκας,  
υπεύθυνος εκπαίδευσης της Barista Academy