

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Kaffee-Botanik	17
Die Gattung <i>Coffea</i> (Rubiaceae)	17
Die wichtigsten Kaffeelieferanten	18
Weitere <i>Coffea</i> -Arten	20
Anzucht und Kultur	23
Zur Geschichte des Kaffees	27
Findung und Mythos: Wie alles begann	27
Kaffee-Krisen – Kaffee-Kriege	36
Kaffeeproduktion und Umweltverschmutzung	43
Die verbotene Substanz: Kaffee-Prohibition	45
Der Kaffee und die Kunst I: Musik	52
Der Kaffee und die Kunst II: Literatur	54
Die Welt der Kaffeeerbewerbung	58
Zubereitungsformen und Einnahme	65
Küche oder Lagerfeuer: Coffeetime!	65
Kaffeeröstungen	66
Kaffeebohnen selber rösten	67
Die kommerzielle, manuelle Kaffeeröstung	68
Die Grundrechenarten des Kaffeekochens	73
Kaffee-Verschnitte und echter wilder Kaffee	74
<i>Coffea</i> -Alkohol-Combos (Auswahl)	76
<i>Coffea</i> -Milch-Combos	76
<i>Coffea</i> -Wasser-Combos	77
<i>Coffea</i> -Potenzierungen: Espresso und Mokka	77
Psychoaktiver Gebrauch	79
Dosis, Set und Setting?	79
Sinnvolle und genüssliche Verbindungen:	
Die Connections	80
Weitere Einnahmeformen der <i>Coffea</i>	82
Die rituelle <i>Coffea</i> -Nutzung	84
<i>Coffea aphrodisia</i> : Kaffee als Liebesmittel	86

Koffein & Co.	91
Die Inhaltsstoffe des Kaffees	91
Im Speziellen: Koffein	91
Koffein in Kaffee-Blättern	92
Ethnobotanik: Koffeinhaltige Pflanzen	93
Koffeinhaltige Limonaden und Energydrinks	94
Der Koffeingehalt der Genussmittel	94
Die Wirkungen und Nebenwirkungen des Kaffees	95
Kaffee und Koffein in der Medizin	101
Kaffee als Heilmittel	101
Kaffee in der Volksmedizin	103
Kaffee in der Homöopathie	105
Kaffee ist kein Entwässerer	105
Weitere Studien	107
Kastraten und Surrogate: Light-Lösungen und Kaffee-Ersatz	111
Entschärfte Stimulanzen: Entkoffeinierte und abgespeckte Kaffees	111
Kaffee-Ersatz und Kinderkaffee: Surrogate	113
Ethnobotanik der Kaffeesurrogate	115
Internationale pflanzliche Kaffee-Ersatzstoffe	120
Praktische Tipps für Kaffeegenießer	125
Kaffeerückstände entfernen	125
Kaffeesatz als Reinigungsmittel	125
Kaffeemaschine reinigen	125
Kaffeemaschine ausrangieren	126
Anhang	127
Kleines Kaffeelexikon	127
Coffeagrafie: Literatur	131
Kaffeemagazine	136
Internetressourcen	136
Danksagung	138
Der Autor	139
Bildquellen	140