Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 24 (1914)

Heft: 11

Artikel: Der Kaffee

Autor: Imfeld

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038324

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 20.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Aus diesem Grunde können wir die mit der Gymnastik verbundene Muskelübung mehr wie Mittel zum Zweck, anstatt als Selbstzweck betrachten.

Die nächste Frage ist: Wenn die Muskeln Mittel zum Zweck sind, mit welchen der Hauptmuskelpartien erreichen wir den vorgesteckten Zweck am besten? Hier handelt es sich hauptsächlich um den Gegensatz von Arm- und Fußgymnastik, und den müssen wir uns genauer betrachten, weil er für die Turntechnik ganz besonders wichtig ist.

(Fortsetzung folgt.)

Der Kaffee.

(Dr. **Imfeld.**)

* * *

Der Kaffee ist eines der weitverbreitesten Genußmittel. Man kann dreist sagen, daß heutzutage Kaffee auf der ganzen Welt getrunken wird. Man trinkt ihn mit oder ohne Milch, zum ersten Frühstück; man trinkt ihn am Ende einer guten Mahlzeit; Damen trinken ihn nachmittags im gemütlichen „Kaffeekränzchen" währenddem der Rede Strom munter fließt; Männer trinken ihn bei geschäftlichem oder politischem Gespräch, im Kaffeehaus; der Orientale trinkt ihn zu jeder Tagesstunde und läßt seinen Besucher nie von ihm gehen ohne mit ihm Kaffee getrunken und die Nargilehpfeife geraucht zu haben; wer Nachts bei geistiger Arbeit sich munter halten will, trinkt eine Tasse Kaffee; kurz, von allen Leuten und überall wird Kaffee getrunken, und zu jeder Zeit.

Doch ist Kaffee nicht nur ein Genußmittel, er ist auch, unter Umständen, ein hygienisches Getränk, oft sogar ein wahres Heilmittel, obwohl er auch, umgekehrt, im Uebermaß getrunken, gesundheitsschädlich sein kann. —

Da nun der Kaffee, heutzutage, ein so weitverbreitetes und vielen Leuten unentbehrliches Getränk geworden ist, will es mir nicht überflüssig erscheinen einmal etwas eingehender vom Kaffee zu sprechen und zu untersuchen was eigentlich der Kaffee ist, woher er kommt, welches seine diätetische und hygienische Bedeutung ist und welche Kulturgeschichte er hat.

Der Kaffee ist der Samen der Frucht des Kaffeebaumes.

Der Kaffeebaum (Kaffeestrauch, Coffea. Linné) gehört einer Gattung aus der Familie der Rubiaceen an. Der echte Kaffeebaum (Coffea arabica) ist ein 5 Meter hoher, schlanker Baum, mit länglichen, zugespitzten, lederigen, kahlen, kurzgestielten Blättern mit eiförmigen Nebenblättern und mit in den Blattachseln stehenden weißen, sehr wohlriechenden Blüthen. Die Früchte sind oval, getrocknet 13—15 mm lang, 8—10 mm breit, zuerst grün, dann rot, endlich blauschwarz und enthalten in einem schleimig widerlich süß schmeckendem Fleisch, zwei pergamentartige, zitronengelbe Gehäuse, welche je einen Samen einschließen. Dieser ist oval, 8—14 mm lang und 7—9 mm breit, plankonvex, auf der Bauchfläche mit einer Rinne versehen und mit beiden Rändern eingeschlagen, so daß er im Querschnitt als eine zusammengedrückte Spirale erscheint. Die Samenhaut des Samens ist zart, häutig, blaßbräunlich, sie hängt nur locker mit dem Samenkern zusammen und fehlt daher auf der Außenfläche der käuflichen Bohne. Diese Bohne (deren Name vom arabischen Bunn abgeleitet ist) ist der Kaffee wie er im Handel käuflich ist und als Genußmittel verwertet werden kann. Je nach den verschiedenen Kaffeearten wechselt die Form und die Größe der Kaffeebäume, bis zu kleineren und größeren Bäumen und Sträuchern.

Die ursprüngliche Heimat des Kaffeebaumes ist in Abessinien, in Angola und den Mosambikländern zu suchen. Durch Kultur aber ist der Kaffeebaum in den Tropen weit verbreitet und gedeiht in Asien, Afrika und Amerika, am besten da wo die Temperatur zwischen 15 und 20° C schwankt und eine Regenmenge von 200 bis 300 cm zu erwarten ist. Der Kaffeebaum ist eine Bergpflanze und gedeiht nicht in den schwülen Ebenen der Tropen. Man kultivirt ihn deshalb in Gebirgsgegenden, wo ihm eine Höhe von 400—950 m am besten zusagt, und man sorgt für Schatten, zum Teil durch Anpflanzung besonderer Bäume. Man zieht die Pflanzen aus Samen und verpflanzt die Setzlinge, sobald sie 60—90 cm Höhe erreicht haben, in die sogen. Kaffeegärten oder Kaffeeplantagen. Im dritten Jahr beginnen die Sträucher zu tragen und die Früchte werden nun mit dem Alter des Strauches, der aber höchstens 20 Jahre hindurch fruchtbar bleibt, immer besser.

Zur Erzielung tadelloser Ware müssen die Früchte völlig ausreifen, und da dieselben nicht zu gleicher Zeit reifen, so muß dreimal geerntet werden. Die Früchte werden während 3—4 Tagen an der Sonne getrocknet und dann werden die Samen (die Bohnen) durch Maschinen, auf mechanischem Wege, von dem eingetrockneten Fruchtfleisch und von den spröden Hüllen befreit. Der Ertrag ist in den verschiedenen Ländern sehr ungleich; von Sträuchern und Bäumen lassen sich 0.25 bis 3 kg Kaffee gewinnen; hochgewachsene, gutgedüngte Bäume tragen bis 6 kg

Die Kaffeebohne — lufttrockene Kaffeebohnen — enthalten noch immer 10% Wasser, außerdem hauptsächlich Kaffein, Eiweißstoffe, Legumin, Kaffeegerbsäure, Fett, etwas Zucker, Zellulose und mineralische Stoffe. Der Gehalt an Kaffein schwankt von 0,9 bis 1,4 Prozent, dabei aber zeigt sich keine konstante Verschiedenheit zwischen besseren und geringeren Sorten.

Die in den Handel kommenden Kaffeesorten sind: 1. der afrikanische oder äthiopische Kaffee. Das beste Produkt liefert die Gegend südlich von Thannasen und die der Gallaländer. Dieser Kaffee wird von den indischen Händlern in Berbera und Zeila angekauft und kommt wohl nichts davon nach Europa. Die Westküste Afrikas liefert geringe Mengen Kaffees, die Plantagen in Deutsch-Ostafrika scheinen eine gute Qualität zu erzeugen.

2. der arabische, levantinische Mokkakaffee. Derselbe ist eirund, grün bis grünlichgelb, die Bohnen sind wohl die kleinsten. Die Auslese gelangt kaum weiter als bis Konstantinopel. Unter dem Namen Mokka bekommt man in Europa meist kleinbohnigen Java- oder Ceylonkaffee.

3. der niederländisch-indische Kaffee, aus Java, Batavia, Tscheribon stammend und wovon die als Mokka in den Handel kommende Sorte dem echten Mokka kaum minderwertig ist. Weitere Sorten kommen aus Samarang, Celebes, Sumatra, stehen aber dem guten Java sehr nach.

4. der spanisch-indische Kaffee; der bessere aus Manila und den Philippinen, der schlechtere aus Mindanao.

5. der französisch-indische und Bourbonkaffee; von letzterem, dem Bourbonkaffee, ist die beste Sorte fast dem Mokka gleich.

6. der englisch-indische Kaffee; davon gibt es sehr gute Sorten die dem besten Mokka gleichkommen, namentlich die aus Java und Ceylon stammend.

7. der westindische und mittelamerikanische Kaffee, wovon Cuba, wegen seines starken Aromas, sehr beliebt; Jamaica, Domingo, sehr gute Sorten; Puerto Rico beliebt; Martinique, mokkaartig; Guadeloupe; Costarica,

dem Ceylon ähnlich; Guatemala, Nicaragua, Salvador, sehr gut.

8. der südamerikanische Kaffee, aus Surinam, vorzüglich, sehr starkes Aroma; Venezuela, Brasilien. Die besten Brasilsorten konkurrieren mit den ost- und westindischen und werden oft unter deren Namen gekauft, so daß nur die minderwertigen unter dem Namen Brasil im Handel erscheinen.

An der Westküste Afrikas, in Sierra Leone, Monrovia, Angola findet sich eine besondere Art von Kaffee (Coffea iberica), dessen Baum durch kräftigen Wuchs und große Fruchtbarkeit sich auszeichnet. Die Früchte dieser Bäume, rotblaue Beeren, enthalten 1,3 cm langen Samen, zeichnen sich also durch die Größe der Früchte aus, zugleich aber durch sein feines Aroma der Bohnen, welches die Coffea arabica nicht erreicht. Dieser Kaffee wird vorzugsweise in Siberia kultivirt, 40jährige Bäume sollen dort 30—40 engl. Pfund Kaffee tragen. Der gewöhnliche Kaffee erreicht ein solches Alter nicht, und bei ihm fallen die reifen Früchte ab, währenddem sie beim Siberiakaffeestrauch sitzen bleiben. In Anbetracht dieser Vorteile, sowie auch wegen des größeren Widerstandes dieses Kaffeebaumes gegen den Rostpilz (Hemileia vastatrix), sucht man gegenwärtig die Kultur dieser Art zu verbreiten. Die Pflanze wird auch in Gewächshäusern kultivirt und kann auch als dauerhafte Zimmerpflanze zum Schmuck der Wohnräume empfohlen werden.

Beim Lagern an luftigen, trockenen Orten, verbessert sich der Geschmack des Kaffees wesentlich und können sogar rauhe, mindere Sorten in 6—10 Jahren, feinere Sorten hingegen schon in 3 Jahren ihre höchste Güte erreichen. Die Farbe der Bohnen wechselt in allen Nüancen, je nach der Dauer der Einwirkung der Sonne beim trocknen, ist aber von untergeordneter Bedeutung, da jeder Kaffee beim Lagern verblaßt und überdies die Bohnen häufig gefärbt werden. Auch wird viel Kaffee, wie man sagt, appretiert oder präpariert, indem man ihn mit Wasserdampf aufquellen läßt und dann schnell trocknet.

Die Hauptmärkte Europas für Kaffee sind: Holland, London, Hamburg, Havre, Antwerpen und Triest.

Ein sehr schlechter Kaffee ist der sogenannte Triage, eine Mischung von zerbrochenem Kaffee aller möglichen Sorten, die geröstet und gemahlen von den Kleinhändlern verkauft wird. Noch schlechter ist der havarirte oder marinirte Kaffee, der auf der Meerfahrt mit Meerwasser in Berührung gekommen ist. Der Kaffee ist sehr empfindlich gegen fremde Gerüche, die er sehr leicht anzieht, weshalb stark riechende Waren ihm fern gehalten werden müßen.

Der Kaffee wird vielfach verfälscht. Um minderwertigen Sorten ein besseres Ansehen zu geben, werden die Kaffeebohnen künstlich gefärbt, mit allen möglichen pflanzlichen und metallischen Farbstoffen.

Sind die Bohnen künstlich gefärbt, so läßt sich das in vielen Fällen nachweisen, indem man die Bohnen mit Wasser wäscht und dann die Lösung und den Bodensatz untersucht. Bei künstlichen Bohnen (es ist schon vielfach versucht worden und auch gelungen, absolut künstliche Bohnen herzustellen, wozu besondere Maschinen verfertigt wurden) wäre darauf zu achten, ob dieselben nicht aus Thon, Brotteig oder anderen formbaren Substanzen bestehen. Echte Kaffeebohnen quellen im Wasser auf, künstliche zerfallen oder werden weich, schmierig. Gebrannter und gemahlener Kaffee wird oft mit bereits benutztem Kaffeepulver aus Restaurants, Hotels, etc., gefälscht; der Nachweis ist sehr schwer zu führen. Verfälschungen mit Kaffeesurrogaten sind dagegen durch das Mikroskop leicht nachweisbar, freilich steht das

Mikroskrop nicht Jedermann zur Verfügung; will man daher möglichst sicher gehen, dann wird man keinen gebrannten und gemahlenen Kaffee kaufen.

(Fortsetzung folgt).

„Die gute Stube".

Der Stolz mancher Familien ist ein Raum, der eine Art Prunkzimmer vorstellen soll. Je nach Mitteln und Geschmack wird bei dem einen dieser Zweck erreicht durch kostbare Möbel, Bilder und andere Kunstgegenstände, in denen ein Vermögen stecken kann, bei dem anderen durch allerlei geschmacklosen, in Warenhäusern zusammengekauften Kitsch. Die hergebrachte, oft auch aus dem Abzahlungsgeschäft bezogene „Garnitur", das sind ein kostbares Sofa und zwei gleiche Lehnsessel, die malerisch den „echten" Stegtisch in die Mitte nehmen, das aus gleicher Quelle stammende „stilvolle Büfett", der gleichfalls „echt persische" Teppich aus Sachsen, auf Abzahlung wie die ganze Herrlichkeit, die „Stores" und die Kunstsachen, denen man den 45-Pfennig-Bazar ebenso auf kilometerweite Entfernung ansieht, wie den Markbasar den Brillanten der Hausfrau, vollenden die Pracht.

Dieser Salon des kleinen Mannes ist uns mit seiner ganzen heuchlerischen Aufmachung zuwider aus Gründen allgemeiner Menschheitskultur, aus wissenschaftlichen, moralischen und gesundheitlichen Bedenken. Jener „stilvolle Salon" steht oft in peinlichem Gegensatz zu der Leere des Wäscheschrankes der Hausfrau und zu unbezahlten Schneider-, Bäcker- und Schuhmacherrechnungen. Er ist die verkörperte Unwahrhaftigkeit des Haushalts, eine Last und oft ein Verhängnis für das Budget einer jungen Ehe, wenn er aus dem Abzahlungsgeschäft stammt, sehr häufig auch die Ursache von Krankheit und Siechtum, das die Rasse verschlechtert und den Arzt ständig im Hause hält.

Oft ist die „gute Stube" nichts als eine Kulisse, hinter der sich die Unhygiene der übrigen Wohnräume verbirgt, ja, die schlechtes, gesundheitsgefährliches Wohnen erst verschuldet. Dieser Vorwurf trifft den „Salon", selbst hinauf bis in manche bessere Schichten des Mittelstandes. Man sorgt auch in diesen oft viel mehr für Repräsentation als für die Gesundheit. So wird regelmäßig das beste Zimmer zur Prunk- und Protzstube gemacht, während im übrigen die Familie sich ganz erbärmlich behilft, in der Küche ißt und wohnt, mit einem engen, muffigen Schlafzimmer zufrieden ist, in dem noch allerlei Gerümpel und Geröll zusammengeschachtelt wird. So wird in jahre- und jahrzehntelanger Unhygiene die Gesundheit einer Familie dem Götzen „standesmäßiger Repräsentation" zum Opfer gebracht.

Recht lehrreich ist in dieser Beziehung auch der Bericht der städtischen Wohnungsinspektion in Dresden; es heißt in ihm, daß in manchen Fällen erheblicher Unzulänglichkeit der Schlafräume und ihrer Ausstattung mit Betten nicht etwa wirtschaftliche Not die Familien in die ungenügenden Wohnungen gedrängt habe. Neben dem ungesunden Schlafraume sei nämlich noch eine gute Stube vorhanden, die aber weder zum Wohnen noch zum Schlafen benützt werde. Zum Wohnen diene vielmehr auch in diesen Familien mit guter Stube lediglich die Küche; das findet man nicht nur im Arbeiterstande, sondern auch in den Kreisen der Unterbeamten und Angestellten.

Dieser Sitte kommt leider unsere Baukunst seit einiger Zeit in der Errichtung von „Wohnküchen" entgegen, die man selbst mit allerlei sozial-fürsorglich klingenden Redensarten um-