

# Der Kult um die Bohne

**COFFEE-SHOPS** | Vanilla-Latte, Coconut-Mokka und Frappuccino machen Lust auf mehr ... Ein Blick in westfälische Kaffeetassen. ►►



Foto: strandperle

**K**affee ist das unangefochtene Lieblingsgetränk der Deutschen. Durchschnittlich 146 Liter trank jeder Bundesbürger im vergangenen Jahr und damit mehr als Mineralwasser mit 130 und Bier mit 116 Litern. Gut zwei Drittel davon brühen ihn zu Hause auf, den Rest trinken sie außer Haus. Wobei „außer Haus“ nicht nur Cafés und Gaststätten einschließt, sondern auch Kantinen, Mensen sowie den Kaffee zum Mitnehmen, neudeutsch „Coffee to go“ genannt. Letzterer, vor einigen Jahren hierzulande noch völlig unbekannt, schwappte aus den USA direkt in die Pappbecher neuer Coffee-Shops, die in die heimischen Fußgängerzonen drängten. Starbucks und MacCafé boten vor sechs beziehungsweise fünf Jahren nicht nur als Erste Kaffee zum Mitnehmen an, sie erweiterten auch die Palette der Geschmacksrichtungen.

Kam der Kaffee früher allenfalls in den Varianten Cappuccino, Espresso und Milchkaf-

fee daher, nahmen sie auch aromatisierte Kaffees, Kaffee mit Sirup und Kaffee auf Eiswürfeln ins Sortiment. Was die Coffee-Shops von traditionellen deutschen Kaffeehäusern zudem unterscheidet, ist die Standardisierung. Starbucks beispielsweise behauptet von sich, dass seine Gäste von Peking bis Paderborn exakt das gleiche Sortiment vorfinden.

**Das Prinzip machte schnell Schule; Tchibo, Segafredo und andere Ketten zogen nach.** Auch das westfälische Unternehmen Cup und Cino mit Stammsitz in Hövelhof bei Paderborn begann 2002, standardisierte Coffee-Houses zu eröffnen. Inzwischen hat es mehrere Filialen in Westfalen-Lippe. Insgesamt 1.400 Coffee-Shops zählt der Deutsche Kaffeeverband derzeit bundesweit.

Wenn alle Cafés gleich aussehen und damit im Grunde gesichtslos sind, binden sie wohl kaum Gäste an sich, oder? „Doch“, sagt Nicole Kranhold, Geschäftsführerin einer

Starbucks-Filiale. „Ein Großteil meiner Kunden sind Stammgäste. Und die meisten von ihnen, egal, ob Lauf- oder Stammkunden, trinken ihren Kaffee ganz klassisch vor Ort.“ 300 bis 400 Kaffeetrinker kommen täglich in ihre Filiale mit circa 50 Sitzplätzen. „Die meisten bleiben mindestens eine halbe Stunde sitzen“, erzählt sie. Ungefähr 40 Prozent würden zwar Kaffee zum Mitnehmen kaufen, aber den typischen „Mitnahme-Kunden“ gibt es nicht.

Die Gäste, die verweilen, würden auch mal einen Coffee to go kaufen und umgekehrt. „Ich sitze gern im Café“, bestätigt eine junge Passantin, die mit Pappbecher durch die Stadt spaziert. „Aber manchmal möchte ich einfach nur etwas trinken.“ „Ja“, fügt ihre Freundin hinzu, „ich kaufe mir morgens gerne unterwegs einen heißen Kaffee zum Mitnehmen, die Wärme tut mir gut, während ich auf den Bus warte.“



Fotos: wdv/j. Lauer



„Früher galt es als unfein, auf der Straße zu essen oder zu trinken. Heute hat damit niemand mehr ein Problem“, meint ein Sprecher von Cup und Cino. „Junge Menschen finden das trendig“, glaubt auch Pressesprecherin Anna Brugger von der australischen Kette Gloria Jean's Coffee. Außerdem sei es vielen wichtig, dass andere die Marke auf dem Becher sehen. In der Tat drückt diese bei Jugendlichen die Zugehörigkeit zur „Peer-Group“ aus, denjenigen, die den gleichen Lebensstil pflegen und an denen man sich orientiert. Ein weiterer Grund für den Mitnahme-Trend könnte darin liegen, dass die Deutschen sich daran gewöhnt haben, alles überall und jederzeit zur Verfügung zu haben.

**Doch nicht nur junge Menschen scheinen das amerikanische Konzept zu schätzen.** „Zu uns kommen Leute jeden Alters, auch Ältere sind neugierig und probieren gerne mal was Neues aus“, erzählt Nicole Kranhold, die Star-

bucks-Filialeleiterin. Anna Brugger hat ebenfalls festgestellt, dass alle Altersgruppen in den Coffee-Shop kommen. Geschmacksrichtungen wie „Butter-Toffee“, „Irish Cream“, „Chili-Schokolade“, „Türkisch Honig“, „White Caffé Mocha“ oder „Frappuccino Blended Cream“ können in der Tat schon manchen locken, auch wenn es Puristen sicher schon bei dem Gedanken schüttelt, dem an und für sich doch sehr aromatischen Kaffee noch irgendetwas hinzuzufügen. Ganz neu ist die Idee trotzdem nicht. Schon die Türken würzten ihren Mokka mit Zimt oder Kardamom und ältere Menschen kennen noch den Trick, etwas Kakao in den Kaffee-filter zu geben, um einen besonders vollen Geschmack zu erhalten.

Ohne etwas Schnickschnack kommt auch ein klassisches deutsches Kaffeehaus nicht mehr aus. Das Mindeste, was die Gäste zurzeit erwarten, ist eine Latte Macchiato, der Renner dieses Sommers. Das traditionelle An-

## „3 – 4 Tassen täglich...“

„... sind ok“, sagt Brigitte Fischer, AOK-Ernährungsberaterin. Sie selbst schwört auf Cappuccino.

**? Was halten Sie von den Coffee-Shops, die mittlerweile auch in Westfalen-Lippe häufiger zu finden sind?**

Generell sind Coffee-Shops wie Cafés zu sehen, wenn man sich die Zeit nimmt, in Ruhe den Kaffee zu trinken und nicht mit einem ‚Coffee to go‘ zum nächsten Termin hetzt. Das Angebot, den Kaffee einfach mitzunehmen, verleitet natürlich auch schnell zu einem höheren Tages-Konsum. Das vielfältige Angebot in den ‚Coffee-Shops‘ verführt zudem, vom ‚normalen‘ Kaffee abzuweichen und Neues auszuprobieren. Dabei enthalten gerade ‚aromatisierte‘ Kaffeespezialitäten jede Menge Kalorien.

**? Ist Kaffee eigentlich gesund? Wo liegen aus ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten seine Stärken?**

Die Aussage, dass Kaffee generell schädlich sei, ist heute nicht mehr haltbar. Früher hat man zum Teil negative Wirkungen einzelner Kaffeeinhaltsstoffe auf den Gesamtkomplex Kaffee übertragen. Mittlerweile haben neuere Studien belegt, dass Kaffee neben der bekannten anregenden Wirkung auf Herz und Kreislauf gesundheitsfördernde Eigenschaften aufweist. Viele der positiven Effekte des Kaffees werden auf die darin enthaltenen Antioxidanzien zurückgeführt.

**? Gibt es eine Richtlinie? Wie viele Tassen sollten pro Tag nicht überschritten werden?**

Für Erwachsene ist ein moderater Konsum von 3 bis 4 Tassen täglich empfehlenswert. Bei empfindlichen Menschen kann es jedoch bereits ab 2 Tassen zu Herzklopfen, Kopfschmerzen, Kreislaufproblemen und Magenbeschwerden kommen. Kaffee sollte allerdings nicht als Durstlöcher dienen. Bessere Alternativen sind Mineral- und Trinkwasser und andere kalorienarme Getränke, wie Schorlen aus Fruchtsaft und Wasser sowie Früchte- und Kräutertees.



**Brigitte Fischer,**  
Ernährungsberaterin der  
AOK Westfalen-Lippe

## Bombige Kreationen

Kaffeegetränke können ganz schön viele Kalorien haben:

Irish Coffee	313 kcal.
Pharisäer	286 kcal.
Karamell-Macchiato	167 kcal.
Latte Macchiato	104 kcal.
Milchkaffee ohne Zucker	66 kcal.

Die Werte können je nach Zubereitung schwanken und beziehen sich jeweils auf 200 ml (Quelle: DGE).



Foto: plainpicture

## Kaffeeklatsch

- Cappuccino stammt nicht aus Italien, sondern aus Österreich, wo er Kapuziner heißt.
- In der gerösteten Bohne stecken über 800 Aromastoffe. Damit zählt Kaffee zu den aromareichsten Lebensmitteln.
- Die bisher längste Kaffeetafel erstreckte sich 2006 in Dresden über einen Kilometer und bot 6.106 Personen Platz.
- Die größten Kaffeetrinker sind die Finnen. Deutschland liegt auf Platz sechs, die Italiener auf Platz zehnten.
- Das älteste deutsche Kaffeehaus, die Kaffeestube im Schütting, steht seit 1673 in Bremen.
- Friedrich der Große ließ sich seinen Kaffee gepfeffert servieren und manchmal mit Champagner statt mit Wasser zubereiten.

Quelle: Deutscher Kaffeeverband

▶▶ gebot in den heimischen Cafés findet aber nach wie vor seine Anhänger. Die Kundschaft zwischen 20 und 100 Jahren schätzt Käse- und Apfelkuchen statt Muffins und Bagels. Coffee to go ist keine Konkurrenz.

**Der moderne Kaffeeliebhaber pendelt offenbar zwischen Tradition** und globalisiertem Lifestyle. Und er ist umweltbewusst. Kunden fragten heutzutage verstärkt nach den Anbau- und Arbeitsbedingungen auf Kaffeeplantagen, sowohl was ökologische als auch ethische Aspekte angeht, stellten die Coffee-Shop-Betreiber fest.

So nehmen sie fair gehandelten Kaffee ins Sortiment und werben damit, dass sie sich an

der „Rain Forest Alliance“ beteiligen, einer Initiative für umweltschonenden Anbau. Tchibo beispielsweise gibt an, den Anteil an fair und ökologisch produziertem Kaffee bis 2014 auf ein Viertel der Gesamtmenge erhöhen zu wollen. Demgegenüber stehen allerdings Berge von Müll und die Verschwendung von Ressourcen durch die Wegwerfbecher.

Im Widerspruch zum unkomplizierten Getränk für unterwegs steht der Qualitätsanspruch der Coffee-Shops. In die Imbiss-Ecke möchten sie sich nicht stellen. Das Mobilbar ist gediegener als in Schnellrestaurants, es wird viel Kult um die Bohne betrieben und die Menschen hinter der Theke haben ge-

lernt, wie man den Espresso richtig presst und Herz- und Kleeblattmuster in Milchschaum zaubert, und sie messen ihre Künste sogar bei Wettbewerben. Für den Exklusivitätsanspruch spricht auch, dass der Gast nicht einfach Kaffee bekommt, sondern einen Antigua aus Guatemala oder einen äthiopischen Sidamo. So steigt das Alltagsgetränk auf zum Symbol für gepflegten Lebensstil, während es auf der anderen Seite nebenbei im Gehen geschlürft wird. Sei's drum, Hauptsache, er schmeckt.

Hildegard Tischer

## Harmlose Böhnchen?

Kaffee und seine Gerüchte:



### Kaffee entzieht dem Körper Flüssigkeit

Trifft nur auf Menschen zu, die Kaffee nicht gewohnt sind. Nach einigen Tagen Kaffeekonsums hört dieser Effekt auf.

### Kaffee erhöht das Krebsrisiko

Ungeklärt. Einige Krebsarten, wie Blasen- und Nierenkrebs, kommen unter Kaffeetrinkern seltener vor.

### Kaffee lässt den Cholesterinspiegel ansteigen

Gilt nicht für Filterkaffee. Die entsprechenden Studien wurden mit Aufgusskaffee gemacht, der in Deutschland eher unüblich ist.

### Kaffee treibt den Blutdruck hoch

Bei bis zu zehn Prozent aller Menschen

lässt Kaffee den Blutdruck steigen. Allerdings hält diese Wirkung nur kurz an. Ein Zusammenhang zwischen dauerhaftem Bluthochdruck und Kaffeegenuss konnte bisher nicht nachgewiesen werden.

### Kaffee schützt vor Diabetes

Stimmt, und zwar vor allem für Frauen. Die Erkrankungsrate liegt bei Kaffeetrinkern 20 bis 30 Prozent niedriger.

### Kaffee raubt den Schlaf

Koffein hemmt das Schlafhormon Melatonin. Außerdem blockiert es den Botenstoff Adenosin, der gegen Stress wirkt. Auch Müdigkeit kann eintreten. Für diese paradoxen Effekte gibt es noch keine Erklärung.



Gut, nah,  
immer für mich da:  
die AOK-Fachleute  
in über **180**  
Geschäfts-  
stellen



# Ich bin dabei

AOK Westfalen-Lippe – Gesundheit in besten Händen