

Cold Brew Coffee là gì? 7 công dụng tuyệt vời khi thưởng thức Cold Brew Coffee

Cà phê ủ lạnh, hay còn được gọi là Cold Brew Coffee, là một loại cà phê có độ mịn và mùi thơm đặc trưng, mang lại một lượng caffein vừa đủ để cung cấp năng lượng cho buổi sáng. Khác với cà phê nóng, Cold Brew Coffee không có vị chua và đắng mạnh, làm cho nó trở thành sự lựa chọn lý tưởng cho những người nhạy cảm với caffein nhưng vẫn muốn tinh thần tỉnh táo vào mỗi buổi sáng. Bài viết dưới đây [CALLOFDUTYMOBILEPC.COM](https://callofduty-mobile-pc.com) sẽ giúp bạn hiểu rõ hơn về Cold Brew Coffee và tác động của nó đến sức khỏe.

Mục lục

Tìm hiểu đôi nét về Cold Brew Coffee

Cold Brew Coffee là gì?

Cold Brew bắt nguồn từ đâu?

7 công dụng tuyệt vời của Cold Brew Coffee

1. Cải thiện độ tập trung
2. Giảm nguy cơ mắc bệnh tiểu đường
3. Chống oxy hoá
4. Hỗ trợ giảm cân
5. Làm dịu cơn đau dạ dày
6. Giảm nguy cơ mắc bệnh Alzheimer và Parkinson
7. Cải thiện tuổi thọ

Điểm hạn chế của Cold Brew

Kết luận

Tìm hiểu đôi nét về Cold Brew Coffee

Cold Brew Coffee là gì?

Cold Brew Coffee, còn được biết đến với tên gọi khác là cà phê ủ lạnh, không giống như cà phê đá thông thường mà chúng ta thường uống ở các quán vỉa hè hay quán cóc. Để pha Cold Brew, quy trình bắt buộc bạn phải ngâm một lượng cà phê nhất định trong nước ở nhiệt độ phòng. Thời gian ủ cà phê thường kéo dài từ 12 đến 18 tiếng, có thể lâu hơn. Sau đó, cần lọc bỏ bã cà phê và làm lạnh trước khi thưởng thức.



Nhờ phương pháp pha chế đặc biệt này, Cold Brew Coffee mang đến hương vị khác biệt so với các loại cà phê thông thường. Nó ít chua, đắng hơn và có một hậu vị ngọt hơn so với cà phê nóng truyền thống. Tuy nhiên, giá thành của Cold Brew thường cao hơn do quy trình pha chế phức tạp và tốn nhiều thời gian. Tuy vậy, hương vị đặc trưng của Cold Brew có thể khiến cả những thực khách khó tính nhất cũng hài lòng. Một ưu điểm khác của cách pha Cold Brew là nó giúp cà phê có thể lưu trữ lâu hơn, có thể sử dụng trong khoảng thời gian từ 2 đến 4 tuần khi được bảo quản trong tủ lạnh.

Cold Brew bắt nguồn từ đâu?

Cold Brew Coffee, với hương vị độc đáo, xuất phát từ Hà Lan – quê hương của hoa Tulip. Ban đầu, người Hà Lan đã sử dụng phương pháp ngâm cà phê xay trong nước để tạo ra những tách cà phê “nhẹ” cho các hành trình biển, tiết kiệm diện tích và thời gian. Đây chỉ là một giải pháp thuận tiện để đáp ứng nhu cầu thưởng thức cà phê nhanh chóng của thủy thủ Hà Lan.

Tình cờ, các thương nhân Hà Lan đã mang phương pháp pha chế độc đáo này đến Nhật Bản. Với sự tinh tế và độc đáo của Cold Brew, nó đã gợi mở vị giác của thực khách tại xứ sở Phù Tang. Từ đó, Cold Brew Coffee đã được đưa lên một tầm cao mới.

Trong thế kỷ XIX, Cold Brew dần trở nên phổ biến và lan rộng đến nhiều quốc gia trên thế giới. Ông Todd Simpson, một người yêu cà phê đến từ Peru, đã sáng chế bộ dụng cụ pha cà phê lạnh. Bộ dụng cụ này sử dụng nhiều phễu lọc và đá lạnh để tạo ra loại cà phê có lượng axit thấp hơn 67% so với cà phê nóng truyền thống.



Với cách pha chế được lấy cảm hứng từ Todd Simpson, bạn có thể tận hưởng hương vị đặc biệt, thơm ngon của Cold Brew Coffee ngay cả khi mua ở tiệm tạp hóa. Thậm chí, khi ngâm cà phê trong nước lạnh trong một khoảng thời gian dài, hương vị của nó còn mang lại cảm giác thêm phần ngon miệng.

Xem tiếp: <https://callofdutymobilepc.com/cold-brew-coffee-la-gi/>