

Un caffè per amico: quando il piacere incontra il gusto

Pubblicato: Mercoledì 29 Settembre 2021



Il caffè è da sempre l'alleato migliore delle pause, si sa. E' una velata dichiarazione di un momento per sé, una disperata esigenza di staccare un attimo a lavoro e al contempo recuperare energia e concentrazione. Ma è anche un'ottima scusa per rivedere chi non vediamo da tanto. Davanti ad una tazzina di caffè scorrono fiumi di parole e si narrano storie, ci si racconta oppure si lascia che, sorso dopo sorso, il silenzio rigeneri la mente, almeno per un pò.

In tanti momenti della giornata il caffè diventa un vero e proprio amico perchè non lascia mai da soli: molte volte consola e spesso ci fa compagnia. Se poi l'aroma è un vero piacere per il palato quel momento diventa davvero speciale. Per esempio, l'originale bontà delle [capsule compatibili Nespresso®](#) regala una sensazione unica che appaga la mente e il corpo. La grande varietà di capsule consente di variare ogni giorno la scelta del caffè da prendere e di iniziare la giornata sempre col piede giusto. Esistono in vendita tantissime cialde dal diverso aroma, ognuno adatto alla necessità del momento. Dal gusto profondo, le capsule firmate Caffè Italiano non deliziano soltanto per il sapore intenso che le contraddistingue ma rallegrano il palato grazie alle capsule con note fruttate o quelle speciali dotate di cioccolato e nocciola. Ogni variante porta con sé l'energia giusta per ricaricarsi e rinunciarvi è davvero difficile. Immagina di poter degustare una tazzina di caffè, in ufficio o nel tuo salotto, in meritato relax e godere delle finali note particolari non di un semplice caffè ma di una vera e propria esperienza gustativa: è piacevole soltanto al pensiero!

Con l'arrivo poi dell'autunno bere una tazzina di caffè caldo e cremoso è una valida alternativa alla tisana o al pomeridiano tè. Una pausa breve va gustata fino in fondo e, grazie alle capsule, le tisane e il

caffè sono pronti davvero in pochissimo tempo. Certo il segreto sta nello scegliere le migliori marche del settore per fare in modo che il piacere incontri il gusto. In caso contrario, affrontare la giornata con l'amaro in bocca potrebbe non essere conveniente e peggiorerebbe soltanto l'umore.

Perché il caffè sia un ottimo compagno di vita è chiaro: non esiste occasione per cui la parola caffè non si carichi di un significato nascosto. Durante un viaggio o una lunga sessione di esami il caffè diventa la bevanda magica che sollecita l'attenzione e risveglia l'umore. In alcune circostanze, però, si tende ad esagerare e, come è noto, l'esagerazione non fa mai bene. Si consiglia infatti di non andare oltre le quattro tazzine al giorno e non eccedere con le dosi per evitare forti controindicazioni. Oltre ai vantaggi della caffeina quali gli effetti anticellulite ed eccitazione del sistema nervoso, esistono difatti anche svantaggi. Troppi caffè possono portare a fine giornata a problemi legati al reflusso gastroesofageo, irritazione del sistema digestivo, ipertensioni e bruciori di stomaco. E dunque un uso smodato del caffè potrebbe trasformare la piacevole bevanda senza tempo da un amico fidato ad un nemico giurato. Sarebbe un peccato interrompere un'amicizia lunga una vita a causa di una cattiva (di)gestione!

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it