

## **La Carbonera Restaurante descubre todo lo que debe saber un amante del café**

**Es antioxidante, ayuda contra la diabetes y alivia las migrañas. Además, es la segunda bebida más tomada del mundo. Un buen cafetero no puede resistirse a un café por las mañanas, pero hay datos interesantes que se desconocen. La Carbonera Restaurante, que se encuentra en el Barrio Salamanca, descubre los aspectos más importantes del café**

El color. Depende del tueste. A menos nivel será más claro, mientras que, si el nivel de tostado es superior, el color del café será casi negro. Se recomienda un grado de tostado medio sin llegar a estar pasado o quemado.

Aroma. Por el olfato se puede reconocer si un café es de alta o baja calidad. Los aromas más agradables suelen ser florales, frutales, a chocolate o caramelo, etc. Y los que menos gustan, son los aromas a madera o tierra.

Con respecto al sabor. Se considera que el café debe ser amargo, pero en realidad es todo lo contrario. Un buen café debe tener un equilibrio entre la acidez y el dulzor.

Algo que no desconoce un amante del café es la fecha de tueste. No es la de caducidad. Permite conocer su grado de frescura, un factor fundamental para disfrutar un buen café.

El tipo de taza influye. La ideal para un espresso o capuccino es la taza cónica, ya que la bebida se desliza por sus paredes y al caer forma una crema uniforme de color avellana.

Hay diferentes variedades de café pero las más consumidas son: arábica, con menos cafeína y un sabor más suave y, robusta, tiene una calidad mayor y cumple con los tres pilares de un buen café: aroma, cuerpo y acidez.

En frío, es el preferido de los #CoffeeLovers. La temperatura es un factor clave en el café perfecto. Para los baristas expertos, si se toma a una temperatura por encima de los 80°C, se pierden las tonalidades y aromas. Las semillas de café potencian su sabor en frío, especialmente si ha sido refrigerado.

Es perfecto para una power nap. El café es idóneo antes de echarse una siesta, hasta los 20 minutos de sueño la cafeína no ha hecho el efecto activador, es el tiempo perfecto para despejarse y continuar con el día.

Beneficios de tomar café. Mantiene alerta, ayuda a quemar grasas, contiene nutrientes esenciales y disminuye el riesgo de padecer diabetes y otras enfermedades como el Alzheimer o Parkinson. Eso sí, no se recomienda tomar más de 3 tazas al día.

#### Acerca de La Carbonera

Una exquisita parrilla urbana en la que encontrar los productos de la mejor calidad en un ambiente que acompaña, acoge y mim a al comensal desde el principio al fin. Sugerencias 'De la huerta', 'Para compartir', productos de concha, crudos y los mejores pescados y carnes a la parrilla se dan cita en uno de los restaurantes más instagrameables del barrio de Salamanca.

Su espacio es amplio y con recovecos, decorado en tonos chocolate, tostado, caramelo y madera con un objetivo: hacer sentir al comensal como en su propia casa, o incluso mejor. Un lugar en el que disfrutar en compañía de amigos, familia o pareja, todos tienen cabida en este restaurante en el que las recetas elaboradas al carbón son las auténticas protagonistas.

C/ Castelló, 38, Madrid  
910 06 52 02

[www.lacarbonerarestaurante.es](http://www.lacarbonerarestaurante.es)

Seguir a La Carbonera Restaurante en:  
@carbonerarestaurante  
La Carbonera Restaurante

#### **Datos de contacto:**

La Carbonera Restaurante  
918763496

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Sociedad](#) [Madrid](#) [Entretenimiento](#) [Restauración](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>