

I segreti del caffè espresso - 21) Caffè e benessere

schermata-2014-12-22-a-115758-e1a3b1fc

Lorenzo Polojac in questa puntata de I segreti del caffè espresso, realizzato in collaborazione con Bazzana, Lorenzo Polojac spiega quali sono gli effetti della caffeina sul corpo umano.

[embed width="560"]http://youtu.be/Pa6gcoGZeC0[/embed]

In questo secondo video, Polojac approfondisce il tema della prevenzione su alcuni disturbi (apprendimento e memoria, in particolare) da parte della caffeina

[embed width="560"]http://youtu.be/KglZhQppmz4[/embed]

Già pubblicati

[Dedicato ai baristi: i segreti del caffè espresso. Introduzione](#)

1) [La macchina da caffè](#)

2) [Il macinadosatore](#)

3) [La purificazione dell'acqua](#)

4) [La temperatura dell'acqua](#)

5) [La pulizia delle attrezzature](#)

6) [L'importanza della tazzina](#)

7) [I consigli del campione](#)

8) [Il caffè decaffeinato](#)

