

## Koffein i kaffe – kortlægning af indhold i kaffe, te og kakaoprodukter på det danske marked 2005-07.

### Baggrund

Fødevarestyrelsen har i samarbejde med Fødevareinstituttet, DTU, kortlagt forekomsten af koffein i forskellige typer kaffe, te og kakaoprodukter i de senere år.

Koffein findes i kaffe, te og kakaoprodukter i varierende mængder – for kaffe afhængig af bl.a. sort, ristning, formaling og brygningsmetode.

Koffein findes også naturligt i cola, og er tilladt som tilsætningsstof i læskedrikke op til 150 mg/l.

Sundhedsmæssigt vurderes at gravide ikke bør indtage mere end 300 mg koffein pr dag, og at - børn og unge ikke bør indtage mere end 2,5 mg koffein pr kg legemsvægt pr dag.

### Kortlægningens omfang

Her gives en samlet oversigt over resultater for kortlægningerne udført fra 2005-2007. Formålet har været at kortlægge indhold af koffein i kaffeprodukter, som er tilgængelige på det danske marked. Prøverne er udtaget i detailbutikker, engrosfirmaer og hos importører.

Koffeinindholdet er undersøgt i kaffe af diverse sorter og typer:

- formalet og færdigpakket kaffe, til alm. filterkaffemaskine
- formalet og færdigpakket kaffe, til stempelkaffe
- formalet specialkaffe, espresso og koffeinfri
- kaffebønner, formalet på udtagingsstedet
- hele kaffebønner
- instant kaffepulver

Prøverne er udtaget og analyseret af Fødevareregion Øst.

I alt er der i projekterne undersøgt:

90 prøver kaffebønner og 120 prøver drikkeklar kaffe, brygget efter standardmetoder.

### Resultater

2005-2007: Oversigt over de fundne koffeinindhold i kaffebønner og drikkeklar kaffe fremgår af nedenstående tabel:

Kaffetype	Bønner Koffeinindhold (mg/kg)			Drikkeklar kaffe Koffeinindhold (mg/l)		
	Gennemsnit	Interval	Antal prøver	Gennemsnit	Interval	Antal prøver
Kaffemaskine	13.700	10.000-20.000	60	660	540-1.000	60
Stempelkaffe	11.300	10.000-13.000	8	480	410-570	8
Espresso	15.000	11.000-23.000	6	670	390-1.200	8
Koffeinfri	505	460-550	2	24	22-27	3
Instant kaffe	-	-	0	500	410-630	13
Fin formaling	13.200	10.000-19.000	14	630	490-920	14
Grov formaling	-	-	0	530	410-800	14

### *Konklusion*

Det fremgår at espresso er den kaffetype med de højeste gennemsnitlige koffeinindhold, både i bønner/pulver og i drikkeklar kaffe. Indholdet i kaffemaskine bønner/pulver og drikkeklar kaffe ligger på næsten samme niveau, mens koffeinindholdet i stempelkaffe generelt ligger lidt lavere.

For drikkeklar kaffe er det gennemsnitlige indhold for samtlige undersøgte prøver på 620 mg/l, og med en kopstørrelse på 125 ml svarer det til et koffeinindhold på ca. 78 mg pr kop.

Det ses også at der findes koffein i de tre prøver koffeinfri kaffe, men indholdet er ganske lavt og udgør ca. 4% af indhold i almindelig kaffe.