

## なぜコーヒーは苦いの？どうして大人はコーヒーが好きなの？

コーヒーの苦みの原因の 1 つは、生豆をじっくり加熱する過程（焙煎）でさまざまな成分が化学変化することにあります。苦味を感じる成分として、カフェインやクロロゲン酸などがありますが、さまざまな成分が絡み合って、複雑な苦味がつくられています。また、焙煎すればするほど酸化が進み、苦味が増加していきます。それとともに、酸味の成分は分解されていくので、苦味が強く酸味が弱いコーヒーになります。

ではどうして大人は苦いコーヒーを好きになるのでしょうか。理由の 1 つに、経験があります。多くの毒物には苦味があるため、人間は本能的に苦味を嫌うようになっています。そのため子供のころは苦味を嫌がりますが、コーヒーは苦味があるが毒ではないという経験が蓄積されることで、徐々に苦味も味の一種として楽しむことができるようになります。また、ストレス解消のために、苦味を求める傾向もあるようです。