

Domácí espresso: Proč tradičních sedm gramů dnes nestačí?

27.8.2026 - | Phoenix Communication

Sedm gramů kávy se dlouho považovalo za standardní dávku pro jedno espresso. Při domácí přípravě ale toto pravidlo nemusí vést k ideálnímu výsledku. Malé množství kávy je náročnější na správnou extrakci a výsledkem může být slabý a chuťově nevyvážený šálek. Kolik kávy tedy použít a co při přípravě domácího espressa skutečně rozhoduje?

Není kávovar jako kávovar

Klasická definice italského espressa pracuje přibližně se sedmi gramy mleté kávy, výsledným objemem 25 až 30 mililitrů, dobou extrakce okolo 25 sekund a tlakem přibližně 9 barů. Jde o recept, který má v historii espressa své pevné místo. Nelze jej však automaticky přenést na současný domácí kávovar.

„S 9barovým tlakem dnes pracují profesionální kávovary. Domácí pákové kávovary mají jiný typ čerpadla a zpravidla dosahují vyššího tlaku. Proto využívají například přetlakové ventily a nízkotlakovou preinfuzi, které pomáhají vytvořit stabilnější podmínky pro extrakci,“ vysvětluje **Václav Mlčoch, barista a dlouholetý školitel značky Sage.**

Sedm gramů je přežitek

Právě vyšší tlak a malé množství (7 g) kávy mohou způsobit, že extrakce bude příliš rychlá a nerovnoměrná. Řešením přitom podle odborníka není ani jemnější mletí. *„Sedm gramů kávy je při domácí přípravě zkrátka přežitek. Nebude vám to fungovat a budete se jen trápit,“* říká **Jan Houdek, majitel e-shopu DokonalaKava.cz**, a upřesňuje, že tradiční recept počítá mimo jiné s jednodávkovým (single) sítkem a tmavě praženou kávou.

Jako nejuniverzálnější základní recept pro domácí přípravu espressa proto doporučuje 18 gramů mleté kávy a přibližně 36 mililitrů výsledného espressa s dobou extrakce 25 až 30 sekund (s použitím double misky). *„Konkrétní nastavení je ale vždy potřeba přizpůsobit použité kávě a typu mletí,“* upozorňuje.

Světlejší pražení vyžaduje jiný přístup

Důležitou roli při úpravě nastavení kávovaru hraje také typ pražení kávových zrn. V současnosti totiž roste obliba středně a světle pražených výběrových káv. Oproti tradičnímu tmavšímu italskému pražení jsou tato zrna hustší a méně rozpustná, a proto vyžadují jiné nastavení mletí, teploty i množství vody.

„Pokud používáte střední nebo světlejší pražení, držte se raději dvojitého (double) sítko a jděte na 16, spíše až 18 gramů,“ doporučuje **Jan Houdek.**

Rozhoduje i sítko

Vyšší dávka kávy sama o sobě nezaručí dobrou chuť, ve správně zvoleném sítku však vytvoří rovnoměrnější kávové lůžko a recept se pak nastavuje i opakuje podstatně snadněji. Při přípravě espressa je proto důležité přizpůsobit množství kávy kapacitě konkrétního sítko.

„Menší 54milimetrové páky běžně pracují přibližně s 18 gramy kávy, zatímco větší 58milimetrová síťka mohou být určena pro 19 až 22 gramů. Pokud je dávka příliš nízká, voda může kávou protékat nerovnoměrně a výsledná extrakce nebude stabilní,“ radí **Václav Mlčoch** a dodává, že stejně důležitá je i čerstvost kávy. Při nákupu se proto vyplatí sledovat datum pražení i balení. Kávu je ideální spotřebovat do 6 až 8 týdnů od uvedeného data.

Tip Sage: Espresso jako od baristy

Sage THE BARISTA TOUCH Impress™ přináší kvalitu pákového kávovaru v intuitivním provedení. Dotykový displej provede celou přípravou, systém Puck Impress™ pomůže s dávkováním a přechováním kávy a Auto MilQ™ připraví jemnou pěnu z klasického i rostlinného mléka. Na výběr je osm přednastavených nápojů.

Cena: 31 999 Kč, www.sagecz.cz

<https://www.phoenixcom.cz/press/domaci-espresso-proc-tradicnich-sedm-gramu-dnes-nestaci>