



---



# Kávénapló

---

30 napos vezetett napló



Táblázat / Napló

Készült a Loomjournals segítségével

---

# Hogyan használd ezt a naplót

---

Üdvözlünk a naplódban! Íme néhány tipp, hogy a legtöbbet hozd ki belőle:

- 1 Szánj naponta néhány percet az írásra
- 2 Légy őszinte és írd szabadon, ítékezés nélkül
- 3 Próbáld minden nap ugyanabban az időben írni, hogy szokássá váljon
- 4 Hetente tekintsd át a bejegyzéseidet, hogy észrevedd a mintákat

- 
- Naplózza a pörkölőt, az eredetet és a pörkölési szintet minden kávénál
  - Rögzítse a főzési módszert, őrlési fokozatot, adagot, víz hőmérsékletet és főzési időt
  - Jegyezze fel az ízjegyeket, és értékelje a savasságot, a testet és az összpontszámot
  - Hasonlítsa össze a bejegyzéseket idővel preferenciái azonosításához
  - Használja a megjegyzés oszlopot bármi szokatlanhoz vagy emlékezetre méltóhoz





























































