

اتعتبر القهوة أو البن (بالإنجليزية: Coffee) على لمعظم الأشخاص في وقتنا الحاضر؛ وبحسب منظمة الأغذية والزراعة احتساءها بطرق عدة سواء باختالف المنطقة أو الجدير بالذكر أن أنواع القهوة المختلفة تختلف في طرق تحضيرها ومعالجتها. فوائد القهوة التي أثبتت علمياً وفي دراسات حيث أن شرب القهوة بكميات محددة له إلى أن الإفراط في شربها له تأثير عكسي على أو بما يسمى بتسمم الكافيين