

Σοκολάτα: «μαύρη κυρία» ή «απαγορευμένος καρπός»;



Σοκολάτα: «μαύρη κυρία» ή «απαγορευμένος καρπός»;

Ομάδες μαθητών που εκπόνησαν την εργασία:

1^η Ενότητα

Βασιλική Βελουδίου

Μαρουλίνα Δεσίπρη

Μαριγιάννα Λεβαντή

Ιωάννα Φανερού

3^η Ενότητα

Καρμέλα Ανδριώτη

Γιάννης Μέγκουλας

Εστερίνα Ντερβίση

Γιάννης Πετρόπουλος

2^η Ενότητα

Γιώργος Οριάνος

Πηνελόπη Οριάνου

Λώρα Ρουγγέρη

Νικολέττα Φωσκόλου

4^η Ενότητα

Άρτα Μαλλκάσι

Ολυμπία Ορφανού

Έλλη Πετροπούλου

Λορέττα Χαρικιοπούλου

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	3
1. Ιστορική αναδρομή στο κακάο και τη σοκολάτα	4
1.1 Τι είναι το κακαόδέντρο;	4
1.2 Τι είναι το κακάο;	4
1.2.1 Ποια είναι τα είδη του;	5
1.3 Αναδρομή στο παρελθόν.....	6
2. Χώρες παραγωγής κακάο	13
2.1 Το άνθος του κακαόδέντρου	13
2.2 Η παραγωγή του κακάο και της σοκολάτας	14
2.3 Είδη σοκολάτας	16
2.4 Fair Trade - Δίκαιο εμπόριο	17
2.4.1 Τα οφέλη του δίκαιου εμπορίου στην παραγωγή κακάο και σοκολάτας	19
2.4.2 Τα παιδιά της σοκολάτας	21
2.5 Συνταγές	22
3. Η σοκολάτα στον κόσμο και στην Ελλάδα	30
3.1 Η σοκολάτα στην Ευρώπη	30
3.2 Η σοκολάτα στις υπόλοιπες περιοχές του κόσμου	31
3.3 Τα 10 καλύτερα ευρωπαϊκά φεστιβάλ σοκολάτας	31
3.4 Μουσεία σοκολάτας σε όλο τον κόσμο	32
3.5 Κάποια ... περίεργα της σοκολάτας	36
3.6 Η ιστορία της σοκολάτας στην Ελλάδα	39
3.6.1 Αγαπημένες σοκολάτες στην Ελλάδα	41
3.6.2 Κοινωνικές χρήσεις της σοκολάτας και του κακάο	44
3.6.3 Διαιτητικές χρήσεις	48
4. Σοκολάτα και υγεία	49
Επίλογος	55
Πηγές	56
Παράρτημα	57

Εισαγωγή

Σοκολάτα: «μαύρη κυρία» ή «απαγορευμένος καρπός» είναι το θέμα με το οποίο ασχοληθήκαμε στα πλαίσια του μαθήματος της «Ερευνητικής εργασίας-Project». Η εργασία αυτή αποτελεί προϊόν έρευνας των μαθητών της Α΄ τάξης του Γενικού Λυκείου Τήνου και εκπονήθηκε κατά το σχολικό έτος 2013-2014.

Η εργασία αυτή αποτελείται από τέσσερις βασικές ενότητες :

Η πρώτη ενότητα έχει θέμα **«Ιστορική αναδρομή στο κακάο και τη σοκολάτα»**. Σε αυτή την ενότητα ανατρέχουμε στην ιστορία της σοκολάτας. Από πού προέρχεται, πώς πήρε την ονομασία της, ποιος την έφερε στην Ευρώπη; Αυτά και άλλα πολλά ερωτήματα θα απαντηθούν σε αυτή την ενότητα.

Στην δεύτερη ενότητα με θέμα **«Παραγωγή κακάο και σοκολάτας»** αναφέρουμε τις χώρες παραγωγής του κακάο, την επεξεργασία του και δίνουμε πληροφορίες για το δίκαιο εμπόριο.

Η τρίτη ενότητα έχει θέμα **«Σοκολάτα στον κόσμο και στην Ελλάδα»**. Εδώ θα γνωρίσουμε χώρες με την μεγαλύτερη κατανάλωση σοκολάτας, φεστιβάλ και μουσεία σοκολάτας στην Ευρώπη, την πορεία της σοκολάτας στην Ελλάδα και τα ... περίεργα της σοκολάτας.

Η τέταρτη και τελευταία ενότητα έχει θέμα **«Σοκολάτα και υγεία»**. Σε αυτή την ενότητα ασχολούμαστε με τις θεραπευτικές ιδιότητες που έχει η σοκολάτα στον οργανισμό μας, με τα συστατικά της και με το πώς επηρεάζει την σωματική και την ψυχική μας υγεία.

Η εργασία μας ολοκληρώνεται με την παρουσίαση των συμπερασμάτων του ερωτηματολογίου που μοιράσαμε στους συμμαθητές μας με την μορφή γραφημάτων.

1^η Ενότητα

1. Ιστορική αναδρομή στο κακάο και τη σοκολάτα

Πριν γνωρίσουμε την ιστορία της σοκολάτας αξίζει να μάθουμε για το κακαόδέντρο και τις ποικιλίες του κακάο.

1.1 Τι είναι το κακαόδέντρο;

Το κακαόδέντρο είναι ένα τροπικό δασικό δέντρο στην περιοχή των Άνδεων. Το ύψος του κυμαίνεται από 6 ως 12 μέτρα. Τα φύλλα του είναι απλά, δερματώδη, επιμήκη και φθάνουν τα 30 εκατοστόμετρα. Τα άνθη του εμφανίζονται στο κορμό και στα κλαδιά. Είναι άοσμα και έχουν άσπρο, ροζ, κίτρινο ή κόκκινο χρώμα. Οι καρποί του είναι μεγάλοι, ωσειδείς, κιτρινοκάστανοι έως μωβ



και ωριμάζουν σε 4-6 μήνες. Οι ώριμοι καρποί έχουν μήκος 35 περίπου εκατοστόμετρα και διάμετρο περίπου 12. Κάθε καρπός περιέχει 20-40 ωσειδή σπέρματα καλυμμένα από μια γλυκόπικρη, άσπρη γλοιώδη σάρκα, των οποίων το χρώμα είναι κίτρινο και προχωρά σε πορτοκαλί ή κοκκινωπό ανάλογα με το είδος

1.2 Τι είναι το κακάο;

Το κακάο είναι ο ξηρός και ζυμωμένος λιπαρός σπόρος του κακαόδεντρου από το οποίο γίνεται η σοκολάτα. Συχνά πωλείται σε σκόνη, η οποία προέρχεται από την άλεση των σπόρων κακάο και την αφαίρεση του βούτυρο κακάο από τα σκούρα πικρά στερεά κομμάτια.



Το ίδιο το κακάο έχει μια εξαιρετικά πικρή γεύση. Άφθονο κακάο υπάρχει στην τροπική Αφρική. Από εκεί συλλέγεται και στέλνεται σε

άλλες χώρες για επεξεργασία.

1.2.1 Ποια είναι τα είδη του;



Α) Φοραστέρο (forastero): Ποικιλία που κατάγεται από τον Αμαζόνιο και αντιπροσωπεύει το 80% της συνολικής παραγωγής. Ο καρπός του δίνει ένα κακάο όχι τόσο καλό σε γεύση και άρωμα, είναι όμως αρκετά ανθεκτικός. Έχει πικρή και κάποιες φορές ξινή γεύση. Οι σπόροι αυτοί φυτρώνουν πάνω σε μεγάλα και γερά κακαόδεντρα.

Β) Κριόγιο (criollo): Μια σπάνια ποικιλία με κόκκινα σπόρια. Το κακάο του είναι πολύ φίνο με λεπτό, φρουτώδες άρωμα και έχει χαμηλή περιεκτικότητα σε τανίνες. Θεωρείται η ελίτ του κακάο, γιατί από αυτό παράγονται οι καλύτερες σοκολάτες. Ευδοκίμει στο Εκουαδόρ και στη Βενεζουέλα. Πωλείται σε υψηλές τιμές.



Γ) Τρινιτάριο (trinitario): Είναι διασταύρωση των δύο παραπάνω ποικιλιών. Γι' αυτό και καταφέρνει να συνδυάζει τα πλεονεκτήματα και των δύο, γεύση, άρωμα και αντοχή.

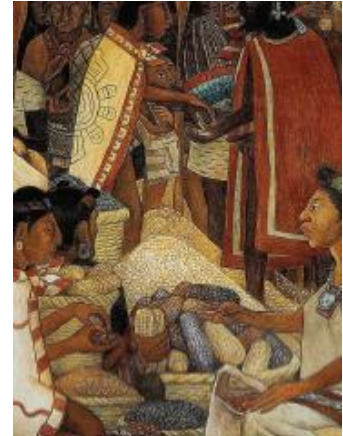
Δ) Αμενολάντο (amenolado): είναι μια ποικιλία του δέντρου Forastero και είναι η μόνη που έχει ήπιο και λεπτό άρωμα.



Ε) Νασιονάλ (nacional): όπως και το Aménolado, η ποικιλία αυτή προέρχεται από το δέντρο Forastero. Καλλιεργείται αποκλειστικά στο Εκουαδόρ και οι καρποί του θεωρούνται από τους καλύτερους στον κόσμο.

1.3 Και τώρα ας κάνουμε μία αναδρομή στο παρελθόν για να μάθουμε ποια είναι η ιστορία του κακάο...

Χαμένο στους Ινδιάνικους μύθους, η ιστορία του κακάο ξεκινά 4.000 χρόνια πριν. Εικάζεται ότι η προέλευσή του είναι από την κοιλάδα του Αμαζονίου ή του Ορενόκο περίπου στην Κεντρική Αμερική από τη φυλή των Μάγια. Το 600 μ.Χ. οι Μάγια μεταναστεύουν στις βόρειες περιοχές της Νότιας Αμερικής, παίρνοντας μαζί τους τα πολύτιμα για αυτούς κακαόδεντρα και ιδρύοντας τις πρώτες γνωστές φυτείες κακαόδεντρου στο Γιουκατάν. Υπάρχουν αρκετές θεωρίες που υποστηρίζουν ότι οι Μάγια γνώριζαν το κακάο πολλούς αιώνες πριν από αυτήν την ημερομηνία.



Στη συνέχεια η καλλιέργεια εξαπλώνεται και περνά στους διαδόχους των Μάγια, στους Αζτέκους. Η φυλή αυτή θεοποιεί το κακαόδεντρο, διότι πιστεύει ότι οι σπόροι του είχαν έρθει από τον παράδεισο και ότι η βρώση του καρπού προσέδιδε δύναμη και σοφία. Υπάρχουν δύο αρχαίοι μύθοι για την προέλευση του κακάο. Ο πρώτος, ο οποίος δεν είναι ευρεία γνωστός, είναι μεξικανικής προέλευσης και μας αναφέρει ότι η σοκολάτα καταναλωνόταν από τους θεούς στο παράδεισο. Οι σπόροι του κακάο μεταβιβάστηκαν στον άνθρωπο ως μια ειδική ευλογία από το θεό του ανέμου. Οι αρχαίοι Μεξικανοί πίστευαν ότι η Τονακατεκούτλι, η θεά του φαγητού, και η άλλη η Καλτσιουτλουκούε, η θεά των υδάτων, ήταν οι προστάτιδες θεές του κακάο. Κάθε χρόνο έκαναν ανθρωποθυσίες στις θεές δίνοντας κακάο σαν τελευταίο γεύμα στο θύμα.



Ο δεύτερος και πιο διαδεδομένος μύθος αναφέρει ότι ο θεός Κουετσακόαλτ ταξίδεψε στη γη πάνω στην ακτίνα φωτός του αυγερινού, φέρνοντας μαζί του το κακαόδεντρο από τον παράδεισο για να το προσφέρει στους ανθρώπους. Οι Αζτέκοι έμαθαν από αυτόν πώς να καβουρδίζουν και να αλέθουν τους σπόρους, παρασκευάζοντας μία θρεπτική πάστα διαλυτή στο νερό. Έτσι λοιπόν οι Αζτέκοι προσθέτουν σε αυτήν την πάστα διάφορα καρυκεύματα και παρασκευάζουν ένα ρόφημα, το 'τσοκολάτλ' ή πικρό νερό. Η αγγλική λέξη 'chocolate' πιστεύεται ότι προέρχεται από τη λέξη των Μάγια 'xocoatl'

ή από την αντίστοιχη των Αζτέκων 'cacahuatl'. Η ινδιάνικη λέξη για τη σοκολάτα προέρχεται από τις λέξεις 'choco'=αφρός και 'atl'=νερό.

Τα κοινωνικά στρώματα που καταναλώνουν το ρόφημα του κακάου εκείνη την εποχή είναι:

α) Ο βασιλιάς, ο οποίος καταναλώνει όση ποσότητα επιθυμεί και το απολαμβάνει με ψημένους σπόρους κακάο, πιπεριού και βανίλιας.

β) Οι κοινοί θνητοί, που το καταναλώνουν με μέτρο και το αναμιγνύουν με αλεύρι από καλαμπόκι.

Από το 1000 μ.Χ. το κακάο αποκτά και άλλη χρήση, καθώς οι καρποί του χρησιμοποιούνται και ως μέσον για εμπορικές συναλλαγές έχοντας μεγάλη αξία. Ενδεικτικά: Δέκα σπόροι κακάο ισοδυναμούν με ένα κουνέλι, εκατό σπόροι κακάο ισοδυναμούν με ένα σκλάβο. Από το 1200 μ.Χ. η φορολογία των λαών που είναι υποτελείς στους Αζτέκους πληρώνεται σε κακάο.



Λίγα χρόνια αργότερα, το 1502, ο Χριστόφορος Κολόμβος φτάνει στην Καραϊβική και οι Αζτέκοι του προσφέρουν το ρόφημα, το οποίο εκείνος βρίσκει αηδιαστικό. Παρόλα αυτά οι Αζτέκοι του δίνουν κάμποσους καρπούς ως δώρο για την επιστροφή τους στην πατρίδα. Όμως

υπάρχουν δύο θεωρίες για το τι έκανε ο Κολόμβος αυτούς τους καρπούς. Η πρώτη είναι ότι τους πέταξε στη θάλασσα, επειδή δεν ενθουσιάστηκε με αυτούς. Αντίθετα η δεύτερη θεωρία αναφέρει ότι τους πρόσφερε στο βασιλιά Φερδινάνδο, αλλά δεν τους δόθηκε ιδιαίτερη σημασία, επειδή οι άλλοι θησαυροί που είχε ανακαλύψει ήταν πιο πολύτιμοι.

Μετά από μερικά χρόνια το 1519 ένας άλλος Ισπανός θαλασσοπόρος ο Χερνάντο Κορτές ξεμπαρκάρει με το πλήρωμα του στο Μεξικό, επισκέπτεται την αυλή του αυτοκράτορα Μοντεζούμα και δοκιμάζει το μαύρο υγρό. Ο συγκεκριμένος αυτοκράτορας δεν πίνει κανένα άλλο ρόφημα παρά μόνο το 'τσοκολάτλ'. Το γεγονός ότι ο Μοντεζούμα κατανάλωνε το ρόφημα αυτό σε κύπελλα πριν μπει στο χαρέμι του, οδήγησε στην πεποίθηση ότι πρόκειται για ένα ρόφημα αφροδισιακό. Ο Κορτές δεν εντυπωσιάζεται από



τη γεύση του ροφήματος, αλλά εξακολουθεί να το πίνει, γιατί συνειδητοποιεί πως αυτός και το προσωπικό του πίνοντάς το αντλούν περισσότερη αντοχή και ενέργεια στη δουλειά. Κατά την επιστροφή του στην πατρίδα του, το 1527, κρύβει στα αμπάρια του карабиού μεγάλες ποσότητες από τα πολυτίμα σπόρια του κακαόδεντρου. Το 1528 ο Κορτές φτάνοντας στην Ισπανία φέρνει τους σπόρους του κακάο στη βασιλική αυλή του βασιλιά Κάρολου Ε'.

Οι Ισπανοί μοναχοί αρχίζουν να επεξεργάζονται τους σπόρους του κακάο και το κρατούν μυστικό για περίπου έναν αιώνα. Στη συνέχεια το μυστικό αυτό διαδίδεται σε όλη την Ισπανία και αποτελεί μία κρυφή επικερδή βιομηχανία. Οι Ισπανοί αντικαθιστούν αρχικά το πιπέρι με γαρύφαλλο και κανέλλα, ενώ αργότερα γλυκαίνουν τη σοκολάτα προσθέτοντας ζάχαρη και βανίλια και τη διαλύουν σε ζεστό νερό μαζί με μοσχοκάρυδο. Σιγά σιγά η σοκολάτα γίνεται μια καταναλωτική μανία και πίνεται παντού ακόμη και στην εκκλησία.

Μερικά χρόνια αργότερα, το 1594, η σοκολάτα φτάνει στην Ιταλία χάρη στο Φρατζέσκο Καρλέτι που προσφέρει στον Πάπα Πίο Ε' κακάο, το οποίο εκείνος βρίσκει πικρό και ερεθιστικό. Έτσι λοιπόν ο καρδινάλιος Φρανσουά Μπρανάκιο απαγορεύει την κατανάλωσή του από τους πιστούς και το αφορίζει, καθώς πιστεύει ότι φέρνει αϋπνία. Παρόλα αυτά η εκκλησία της Ρώμης λίγα χρόνια αργότερα αναγκάζεται να νομιμοποιήσει την κατανάλωση του κακάο.



Η κατανάλωση της σοκολάτας εξαπλώνεται και στην υπόλοιπη Ευρώπη χάρη στον Αντόνιο Καρλέτι, το 1606 και την παρακμή της Ισπανίας. Στη συνέχεια περνάει στη Γαλλία, όταν το 1615 η πριγκίπισσα Άννα της Ισπανίας παντρεύεται το Λουδοβίκο ΙΓ' και παίρνει μαζί της στη γαλλική αυλή το αγαπημένο της ρόφημα. Αργότερα η σοκολάτα διαδίδεται σε ολόκληρη τη Γαλλία χάρη στο γάμο του Λουδοβίκου ΙΔ' με την Μαρία-Τερέζα, η οποία του προσφέρει ως δώρο σοκολάτα συσκευασμένη σε ένα ωραία διακοσμημένο κουτί. Από τότε η σοκολάτα καθιερώνεται ως επίσημο ρόφημα της βασιλικής αυλής. Έπειτα, το 1640, ο Γερμανός Γιόχαν Βολκάμερ ταξιδεύει στην Νάπολη, ανακαλύπτει τη σοκολάτα και την παίρνει μαζί του πίσω στη χώρα του. Εκεί η σοκολάτα λόγω της βαριάς φορολογίας που της επιβάλλεται αποτελεί



προνόμιο μόνο των ευγενών. Οι Γερμανοί δεν περιορίζονται μόνο στην κατανάλωσή της, αλλά την χρησιμοποιούν και για φαρμακευτικούς λόγους.

Ο Ισπανός ιστορικός του 16^{ου} αιώνα Οβιέδο έγραφε «κανείς παρά μόνο οι πλούσιοι και οι ευγενείς μπορούσαν να πιουν τσοκοάτλ γιατί στην κυριολεξία ήταν σαν να έπινες χρήμα. Το κακάο εξαπλώθηκε στα έθνη σαν χρηματική μονάδα.»

Το ρόφημα αυτό αν και καθυστερημένα περνάει στην Αγγλία το 1657. Αυτό όμως δεν την εμποδίζει να το αγαπήσει. Την ίδια εποχή ιδρύονται οι πρώτες φυτείες στην Τζαμαϊκική αποικία της και ανοίγει το πρώτο σοκολατοποιείο στο Λονδίνο από ένα Γάλλο.

Χάρη στη δημοτικότητα της σοκολάτας πραγματοποιούνται έντονοι αγώνες για το μονοπώλιό της ανάμεσα στους Ισπανούς και τους Ολλανδούς.

Το 1667 ο Δήμαρχος της Ζυρίχης επισκέπτεται τις Βρυξέλες και μαγεύεται από τη γεύση της. Κατά την επιστροφή του στην πατρίδα την παίρνει μαζί του και έτσι αυτή περνάει στην Ελβετία. Ύστερα από κάποια χρόνια οι Ιταλοί αρχίζουν να απολαμβάνουν τη σοκολάτα στα πρώτα καφέ της Φλωρεντίας ζεστή με γάλα και μπισκότα. Την κίνηση αυτή υιοθέτησαν η Γερμανία, η Γαλλία και η Ελβετία. Η βρώση της σοκολάτας καθιερώνεται το 1674 με την μορφή των ρολλς και κέικ που σερβίρονται σε διάφορα εμπορικά καταστήματα σοκολάτας.

Το 1730 η σοκολάτα ταξιδεύει στις Κάτω Χώρες με το Δούκα της Άλβας. Την ίδια εποχή η τιμή της πέφτει στα 3\$ η λίβρα και έτσι γίνεται προσιτή και σε άλλους εκτός από τους πολύ πλούσιους.



Το 1732 ο Κάρολος ο Στ' μεταφέρει την αυλή του από τη Μαδρίτη στη Βιέννη και έτσι εισάγει τη σοκολάτα στην Αυστρία. Την ίδια εποχή ο Γάλλος Ντιμπουσον δημιουργεί το πρώτο τραπέζι καβουρδίσματος κόκκων κακάο το οποίο θερμαίνεται από κάτω με κάρβουνο. Αυτό επιτρέπει στους εργάτες να αυξάνουν τη

παραγωγικότητα της εργασίας, καθώς στέκονται όρθιοι γύρω από αυτό.

Το 1747 ο Φρειδερίκος ο Μέγας εκδίδει ένα διάταγμα, το οποίο απαγορεύει την πώληση της σοκολάτας από τους πλανόδιους πωλητές.

Το 1764 η σοκολάτα περνάει στις Ηνωμένες Πολιτείες χάρη στον John Hanan ο οποίος φέρνει σπόρους κακάο από τις δυτικές Ινδίες στο Νιόρτσεστερ της Μασαχουσέτης με σκοπό να τους επεξεργαστεί με τη βοήθεια του Δρος James Baker. Εκεί ιδρύεται το πρώτο εργοστάσιο σοκολάτας. Παρόλα αυτά οι Αμερικανοί άποικοι δείχνουν να μην

αποδέχονται τη σοκολάτα, μέχρι που οι ψαράδες από το Γκλόουτσεστερ της Μασαχουσέτης αρχίζουν να θεωρούν τους σπόρους του κακάο ως μέθοδο πληρωμής για φορτία στην Τροπική Αμερική. Το 1780 ιδρύεται στη Βαρκελώνη άλλο ένα εργοστάσιο σοκολάτας.

Τον 17^ο αιώνα αναγνωρίζεται η σοκολάτα σαν κατάλληλο ρόφημα για τα παιδιά σε αντίθεση με παλαιότερα που ήταν ρόφημα κυρίως των ανδρών. Στη συνέχεια η σοκολάτα αρχίζει να αποκτά πολυποίκιλα πρόσθετα: γάλα, κρασί, μπύρα, γλυκαντικά, μυρωδικά. Έτσι πια η πόση της σοκολάτας αναγνωρίζεται ως κοινωνικό γεγονός.

Ωστόσο η παρασκευή της σοκολάτας σε μεγάλη κλίμακα γίνεται το 1795 όταν ο Δρ Joseph Fry χρησιμοποιεί μια ατμομηχανή για να αλέθει τους σπόρους του κακάο. Ήδη το 1810 η Βενεζουέλα καλύπτει το μισό της παγκόσμιας κατανάλωσης σε κακάο και το ένα τρίτο της παγκόσμιας παραγωγής καταναλώνεται από τους Ισπανούς. Λίγα χρόνια αργότερα ο C.J. Van Houten επινοεί την πρέσα του κακάο και το εισάγει στο χώρο όπως το γνωρίζουμε. Έτσι βοηθά στη μείωση της τιμής της σοκολάτας και στη διάδοσή της.

Στη συνέχεια, το 1819, οι Ελβετοί ιδρύουν στο Βεβέ την πρώτη σοκολατοποιία τους στην Ευρώπη, ενώ κάποια χρόνια μετά, το 1828, η πρώτη μέθοδος αποχωρισμού του βουτύρου του κακάο από τη σοκολάτα εφευρίσκεται στην Ολλανδία.

ΧΡΥΣΗ
"Λακοϊάτα"



ΠΑΥΛΙΔΟΥ

Όσον αφορά την Ελλάδα, αυτή γνωρίζει τελευταία στην Ευρώπη τη σοκολάτα, όταν πια έχει γίνει ευρέως γνωστή. Συγκεκριμένα το 1841 ένας δαιμόνιος επιχειρηματίας ο Σπυρίδωνας Παυλίδης στήνει στη γωνία των οδών Αιόλου και Βίσησης ένα μικρό «γλυκισματοποιείο», όπου μαζί με τα «μπισκότα εξ αμυγδάλου» και τα «βομβόνια» φτιάχνει και την πρώτη ελληνική σοκολάτα υγείας. Με αυτόν τον τρόπο η παραγωγή της σοκολάτας εξαπλώνεται σε ολόκληρη την χώρα και γίνεται ο γλυκός πειρασμός που κερδίζει για πάντα τις καρδιές των Ελλήνων.

Το 1848 ανοίγει στη Γαλλία το πρώτο κατάστημα πώλησης σοκολατινίων, διαφημίζοντας το γεγονός ότι οι σοκολάτες του γίνονται όλες στο χέρι.

Λίγα χρόνια αργότερα, το 1849, οι αδελφοί Cadbury παρουσίασαν τη σοκολάτα τους σε έκθεση στο Μπίρμιχαν της Αγγλίας. Το 1861 παράγεται και πωλείται στην αγορά το πρώτο κουτί για σοκολατάκια, σε σχήμα καρδιάς, για τη γιορτή του Αγίου Βαλεντίνου. Στη συνέχεια ο Daniel Peter από το Vevey της Ελβετίας επινοεί τον τρόπο παρασκευής της σοκολάτας γάλακτος το 1876, αφού πρώτα είχε πειραματιστεί για 8 χρόνια. Την επινοήση αυτή την προωθεί σε μια ελβετική φίρμα, η οποία σήμερα είναι παγκόσμιος παραγωγός σοκολάτας γνωστή με το όνομα Nestlé.



Το 1879 ο Rodolphe Lindt από τη Βέρνη της Ελβετίας, παρασκευάζει σοκολάτα που λιώνει στο στόμα. Επίσης εφευρίσκει τη μέθοδο του 'κοχυλιού' μια μέθοδο επεξεργασίας, κατά την οποία γίνεται θέρμανση και κύλιση της σοκολάτας. Μετά από 72 ώρες τέτοιας επεξεργασίας η σοκολάτα περιέχει περισσότερο βούτυρο, οπότε το πρώτο «φοντάν» δημιουργείται.

Η πρώτη καταγραφή της κατανάλωσης σοκολάτας έγινε το 1897. Συγκεκριμένα οι Βρετανοί κατανάλωσαν εκείνο το έτος 18 εκατομμύρια κιλά, παράλληλα η υπόλοιπη Ευρώπη 50 εκατομμύρια και οι ΗΠΑ 13 εκατομμύρια κιλά.

Το 1904 παρασκευάζεται στη Γαλλία το πρώτο βιομηχανικό στιγμιαίο ρόφημα σοκολάτας. Το 1910 ένας Έλληνας μετανάστης ο Λεωνίδας Κεσδεκίδης ανοίγει στις Βρυξέλες το πρώτο του κατάστημα. Τα σοκολατίνια του που ονομάστηκαν Leonidas γίνονται παγκοσμίως διάσημα για την ποιότητα τους

Το 1913 ένας Ελβετός καραμελοποιός ο Jules Sechaud από το Μοντρέ επινοεί τις γεμιστές σοκολάτες. Μερικά χρόνια αργότερα, την 1^η Οκτωβρίου του 1925, δημιουργείται στη Νέα Υόρκη το Χρηματιστήριο του κακάο, όπου μπορούν πλέον αγοραστές και πωλητές να κάνουν τις συναλλαγές τους.

Μέχρι στιγμής η Βραζιλία και η ακτή του Ελεφαντοστού είναι πρώτες στη παραγωγή του κακάο, ενώ η ΗΠΑ είναι πρώτη στην εισαγωγή και παραγωγή προϊόντων. Αντίθετα η Ελβετία συνεχίζει να προηγείται στη κατανάλωση σοκολάτας.

Την περίοδο του 1942 στην Αμερική κατασκευάζεται η πρώτη σοκολάτα χωρίς βούτυρο κακάο, με σκοπό να έχει μεγαλύτερο χρόνο ζωής και έτσι να μπορεί να καταναλωθεί ευκολότερα από τους στρατιώτες στον πόλεμο.

Ύστερα, το 1980, εμφανίζεται στο προσκήνιο μία ιστορία βιομηχανικής κατασκοπείας, στην οποία εμπλέκεται ένας μαθητευόμενος της εταιρίας Suchard-Tobler. Συγκεκριμένα λέγεται ότι αυτός προσπάθησε να πουλήσει χωρίς επιτυχία συνταγές σοκολάτας στη Ρωσία, την Κίνα, τη Σαουδική Αραβία και σε άλλες χώρες.

Τη δεκαετία του 1990 η σοκολάτα έχει πια εξελιχθεί ως το πιο δημοφιλές προϊόν και αποτελεί μια επιτυχημένη επιχείρηση. Η ετήσια κατανάλωση κακάο κυμαίνεται περίπου στους 600.000 τόνους και η κατανάλωση σοκολάτας είναι ανοδική. Η βιομηχανία της σοκολάτας στις ΗΠΑ είναι βιομηχανία δισεκατομμυρίων.

Ο Norman Kolras γράφει: «Είδαμε πως η σοκολάτα εξελίχθηκε από ένα πρωτόγονο ρόφημα και τροφή στις αρχαίες φυλές της Λατινικής Αμερικής, κομμάτι της θρησκείας, του εμπορίου και της κοινωνικής τους ζωής, σε ένα ποτό που προτιμήθηκε από την ελίτ της Ευρωπαϊκής κοινωνίας και σταδιακά εξελίχθηκε σε ένα ασυναγώνιστο ρόφημα και αργότερα σε υπέροχη τροφή. Είδαμε επίσης τη σύνθετη μεταμόρφωση του κακάο από συμπιεσμένους σπόρους του καρπού ενός εξωτικού δέντρου σε μία ευρεία ποικιλία

βιομηχανοποιημένου κακάο και προϊόντων σοκολάτας. Πέρα από την αγροτική και εμπορική, όσο και γαστρονομική πλευρά της σοκολάτας, υπάρχει και η πλευρά που επηρεάζει την υγεία και ομορφιά, την έμπνευση στη λογοτεχνία και τις τέχνες».

Τέλος στις μέρες μας η σοκολάτα έχει εξελιχθεί σε πολύ μεγάλο βαθμό. Όλοι οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να την απολαύσουν ανεξάρτητα από την οικονομική και κοινωνική τους κατάσταση σε διάφορα είδη πλέον, τα οποία είναι:

α) Κουβερτούρα (πικρή): είναι πλούσια σε κακάο και σκόνη κακάο και χρησιμοποιείται κυρίως στη ζαχαροπλαστική. Κυκλοφορεί σε 20 περίπου είδη, ενώ υπάρχει και η «συνθετική» κουβερτούρα, από την οποία έχει αφαιρεθεί όλο το φυσικό βούτυρο.



β) Σοκολάτα υγείας(σκούρα)

γ) Σοκολάτα γάλακτος: γίνεται από κακάο, βούτυρο κακάο, ζάχαρη και συμπυκνωμένο γάλα και η γεύση της είναι γλυκιά.



δ) Λευκή: περιέχει μόνο το βούτυρο του κακάο, συμπυκνωμένο γάλα, ζάχαρη και βανίλια.

2^η Ενότητα

2. Χώρες παραγωγής κακάο

Η χώρα με τη μεγαλύτερη παραγωγή κακάο στον κόσμο είναι η Ακτή Ελεφαντοστού. Κακάο όμως καλλιεργείται και σε άλλες χώρες με μικρότερη παραγωγή, όπως στη Γκάνα, τη Νιγηρία και το Καμερούν. Άλλες χώρες παραγωγής που βρίσκονται «στη ζώνη του κακάο» είναι η Βραζιλία, η Βενεζουέλα, το Μεξικό, η Γουατεμάλα, η Μαλαισία, η Ινδονησία, η Κολομβία, τα νησιά της Καραϊβικής και η Τζαμάικα. Η χώρα με τη μεγαλύτερη εισαγωγή και κατανάλωση κακάο είναι η Ολλανδία. Στην Ευρώπη το κακάο το έφερε ένας Ισπανός κατακτητής ο Ερνάν Κορτές. Εξαπλώθηκε γρήγορα και άρχισαν να γίνονται επεξεργασίες. Οι κόκκοι κακάο άρχισαν να αλέθονται σε μηχανές, οι οποίες έκαναν διαχωρισμό του βούτυρου κακάο από την κακαόμαζα.

2.1 Το άνθος του κακαόδεντρου



Όταν το κακαόδεντρο είναι ανθισμένο ο κορμός καθώς και τα κλαδιά του είναι καλυμμένα από χιλιάδες άνθη κακάο. Το άνθος του κακάο είναι μικροσκοπικό και σε αντίθεση με τα περισσότερα λουλούδια του κόσμου αναπτύσσεται πάνω στον κορμό του δέντρου. Είναι εξαιρετικά μικρό και απίστευτα όμορφο, ενώ δεν έχει κανένα άρωμα. Για τον ίδιο λόγο οι μέλισσες δεν μπορούν να γονιμοποιήσουν τα άνθη αυτά. Γι' αυτό τη διαδικασία της γονιμοποίησης την αφήνουν σε άλλα έντομα που ζουν στις ζούγκλες. Κυρίως γίνεται από ένα είδος κουνουπιού και μύγας. Το κακαόδεντρο καλλιεργείται στη ζώνη της αμερικανικής ηπείρου. Ευδοκίμει σε υγρά και σκιερά μέρη, όπου δε φυσάει πολύ. Οι αγρότες, για να είναι καλή η απόδοση του κακάο, φυτεύουν ανάμεσα στα κακαόδεντρα μπανανιές ή κοκοφοίνικες. Με αυτόν τον τρόπο δημιουργούν τις κατάλληλες συνθήκες για να παραχθεί το κακάο αλλά και αυξάνουν το εισόδημά τους πουλώντας τις μπανάνες.

2.2 Η παραγωγή του κακάο και της σοκολάτας

Οι φυτείες των κακαόδεντρων αποδίδουν για περίπου 25 χρόνια καλής ποιότητας και ποσότητας καρπούς. Η σοδειές καταστρέφονται, όταν η θερμοκρασία κάποιου μήνα πέσει κάτω από 15°C. Οι καρποί μεγαλώνουν πάνω στον κορμό και σε μεγάλα κλαδιά. Πάνω σε



αυτά ωριμάζουν για περίπου 4 μήνες οι καρποί και παίρνουν ένα χρώμα από κίτρινο έως πορτοκαλί. Η συγκομιδή γίνεται δυο φορές το χρόνο, χειμώνα και καλοκαίρι. Οι καρποί μετά τη συγκομιδή τους, τοποθετούνται σε σωρούς ή σε μεγάλα καλάθια, τα οποία

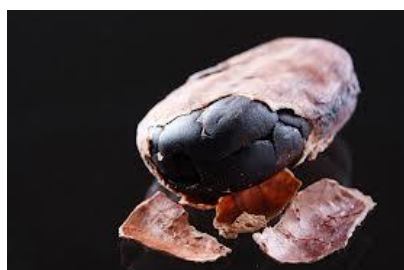
σκεπάζονται με πλατιά φύλλα μπανανιάς για 3-6 μέρες, ώστε να ωριμάσουν και να δεχτούν μια διαδικασία «ζύμωσης». Μετά από αυτή τη διαδικασία ο πολτός λειώνει και μένουν οι καρποί καθαροί. Στην συνέχεια καθαρίζονται και αποφλοιώνονται. Οι εργάτες σκίζουν με κοφτερά μαχαίρια τη φλούδα και αφαιρούν τους καρπούς, οι οποίοι είναι τυλιγμένοι με μια άσπρη «ψίχα». Ύστερα απλώνονται στον ήλιο



για να ξεραθούν και να στεγνώσουν για 7-10 μέρες. Αφού αποξηραθούν, συσκευάζονται σε σακιά ή χύμα σε κιβώτια και μεταφέρονται στα εργοστάσια παραγωγής σοκολάτας.

Τότε οι σπόροι ελέγχονται, καθαρίζονται και ταξινομούνται ανά

ποικιλία. Στη συνέχεια καβουρδίζονται στα ειδικά μηχανήματα, τα καβουρντιστήρια. Κατά τη διάρκεια του καβουρντίσματος, αναπτύσσεται το άρωμα και το



χρώμα του κακάο και απομακρύνεται η υγρασία του. Στη συνέχεια, οι καβουρντισμένοι σπόροι ξεφλουδίζονται και τεμαχίζονται σε μικρά κομμάτια. Τα κομμάτια αυτά αλέθονται όλα σε ειδικά μηχανήματα και σχηματίζουν την κακαόμαζα, η οποία μεταφέρεται στους αναμικτήρες του εργοστασίου, όπου προστίθενται, σύμφωνα με την

επιθυμητή συνταγή, τα ανάλογα ποσοστά ζάχαρης, γάλακτος και βουτύρου του κακάο και αναμειγνύονται καλά μέχρι να αποτελέσουν ένα ομοιογενές μείγμα.

Το ομοιογενές αυτό μείγμα μεταφέρεται σε ειδικά μηχανήματα που ονομάζονται πεντακύλινδροι, όπου μετά την απομάκρυνση ελαίων προκύπτει η γνωστή σε όλους μας σκόνη κακάο.

Η λεπτή σκόνη μετά το ραφινάρισμα μεταφέρεται σε ειδικά μηχανήματα που ονομάζονται «κόνσες», τα οποία έχουν θερμαινόμενες πλευρές. Εκεί η σκόνη ρευστοποιείται και αναδεύεται, ενώ ταυτόχρονα γίνονται αντιδράσεις που δίνουν το χαρακτηριστικό άρωμα σε κάθε είδος σοκολάτας

Το ρευστό μείγμα της σοκολάτας, αφού μετριασθεί η θερμοκρασία του, μεταφέρεται με τις κατάλληλες σωληνώσεις σε ειδικά μηχανήματα, όπου χύνεται στις φόρμες πλακιδίων. Στο σημείο αυτό μπορεί να προστεθούν και επιπλέον συστατικά, όπως αμύγδαλα, φουντούκια, γέμιση, κ.λ.π. Οι φόρμες μεταφέρονται αυτόματα στα ψυγεία κι έπειτα από ορισμένο χρονικό διάστημα η σοκολάτα στερεοποιείται. Στη συνέχεια οι πλάκες τυλίγονται στις συσκευαστικές μηχανές για να εξασφαλιστεί η διατήρησή τους και αποθηκεύονται σε κατάλληλους, κλιματιζόμενους χώρους, μέχρι να φτάσουν στα σημεία πώλησης .

Όπως είναι φανερό, η διαδρομή από τα κακαόδεντρα στα σημεία πώλησης είναι δύσκολη, όμως το αποτέλεσμα είναι σίγουρα εξαιρετικό.

2.3 Είδη σοκολάτας



Οι διαφορετικές γεύσεις στη σοκολάτα εξαρτώνται από την περιεκτικότητά της σε κακάο, βούτυρο κακάο, γάλα, ζάχαρη, πρόσθετους ξηρούς καρπούς και άλλα υλικά (σταφίδες, λικέρ, διογκωμένο ρύζι). Στην Ελλάδα τα πιο γνωστά είδη σοκολάτας είναι η κουβερτούρα, η σοκολάτα υγείας, η σοκολάτα γάλακτος, η αμυγδαλού ή φουντουκιού και η λευκή.

Η **κουβερτούρα** είναι πλούσια σε λιπαρές ουσίες, γιατί αποτελείται από υψηλό ποσοστό βούτυρο κακάο. Για αυτόν το λόγο είναι αρκετά ρευστή και κατάλληλη για τη ζαχαροπλαστική. Στη ζαχαροπλαστική χρησιμοποιείται ακόμα και η **πικρή σοκολάτα**, η οποία αποτελείται από υψηλό ποσοστό κακάο 50-60% αλλά μπορεί να φτάσει και το 99%. Η ποιότητά της είναι εξαιρετικά καλή, γιατί όσο περισσότερη είναι η περιεκτικότητά της σε κακάο τόσο καλύτερη θεωρείται η σοκολάτα. Η **έξτρα πικρή σοκολάτα** χρησιμοποιείται κυρίως στη ζαχαροπλαστική και αποτελείται από 70% κακάο και καθόλου ζάχαρη. Όσο αφορά τη **σοκολάτα γάλακτος**, αυτή αποτελείται από τουλάχιστον 25% κακάο. Σε αυτό το προϊόν έχει προστεθεί ζάχαρη και η βάση του είναι το γάλα. Ακόμα υπάρχει και η **λευκή σοκολάτα**, η οποία χωρίζεται σε δύο κατηγορίες, με ζάχαρη και χωρίς. Περιέχει 24% βούτυρο κακάο, έχει κρεμώδη υφή και γλυκιά γεύση.



2.4 Fair Trade - Δίκαιο εμπόριο



Το Fair Trade είναι ένα εμπορικός συνεταιρισμός, βασισμένος στο διάλογο, τη διαφάνεια και το σεβασμό, κίνημα που προωθεί μια εναλλακτική διαδικασία εμπορίου. Στοχεύει στη μείωση της φτώχειας σε αναπτυσσόμενες χώρες, σεβόμενη κριτήρια όπως τα ανθρώπινα δικαιώματα και το σεβασμό προς το περιβάλλον, κατά την παραγωγή και τη διάθεση προϊόντων.

Η Fair Trade Hellas είναι μια ανεξάρτητη ελληνική μη κυβερνητική οργάνωση που ιδρύθηκε το 2004. Για πρώτη φορά στην Ελλάδα υποστήριξε τη φιλοσοφία του δίκαιου και αλληλέγγυου εμπορίου, που στοχεύει στην καταπολέμηση της φτώχειας σε παγκόσμιο επίπεδο. Προάγει την ηθική και υπεύθυνη κατανάλωση στην Ελλάδα, καθώς και τη διάθεση στην ελληνική αγορά προϊόντων που προέρχονται από μικρούς παραγωγούς από φτωχές χώρες.

Το 2006 άνοιξε στην Αθήνα το πρώτο μη κερδοσκοπικό κατάστημα με προϊόντα από ολόκληρο τον κόσμο. Οι εργαζόμενοι και εθελοντές της Fair Trade Hellas προωθούν καθημερινά τις αξίες μιας εναλλακτικής και δίκαιης οικονομίας και της υπεύθυνης κατανάλωσης μέσω εκστρατειών ενημέρωσης και προγραμμάτων εκπαίδευσης.

Η Fair Trade Hellas είναι αναγνωρισμένη από την Παγκόσμια Οργάνωση για το Δίκαιο Εμπόριο (WFTO), μέλος του συνεταιρισμού CTM-Altromercato. Η πιστοποίηση της οργάνωσης γίνεται μέσω συστημάτων, το γνωστότερο από τα οποία είναι το WFTO Fair Trade Certification Mark. Πολλοί αναρωτιούνται εάν πράγματι τα χρήματα πηγαίνουν στους παραγωγούς. Διεθνείς οργανισμοί εγγυώνται ότι ένας οργανισμός ή ένας παραγωγός είναι όντως Fair Trade, το οποίο σημαίνει ότι σέβεται όλα τα κριτήρια του δίκαιου και αλληλέγγυου εμπορίου ανάμεσα στα οποία είναι και το κριτήριο της δίκαιης τιμής. Επίσης εγγυώνται πως η πιστοποίηση των προϊόντων είναι ίδια με του συμβατικού εμπορίου, καθώς περνούν από ελέγχους πριν εισαχθούν στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Κριτήρια, στα οποία πρέπει να υπακούν όλοι οι οργανισμοί-παραγωγοί, είναι η πληρωμή μιας δίκαιης τιμής, η διαφάνεια και η υπευθυνότητα, οι εμπορικές σχέσεις, η ισότητα των φύλων, οι αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας, η προστασία του περιβάλλοντος, το χτίσιμο των ικανοτήτων και η δημοκρατία.

να επισκεφθεί κάποιο κατάστημα Fair Trade και να δει τη θετική ατμόσφαιρα που δημιουργείται από τους εθελοντές και τους υποστηρικτές της οργάνωσης.

2.4.1 Τα οφέλη του δίκαιου εμπορίου στην παραγωγή κακάο και σοκολάτας



Μπορεί οι παγκόσμιες απαιτήσεις για κακάο να αυξάνονται, αυτό όμως δε σημαίνει ότι βελτιώνονται και οι συνθήκες εργασίας των αγροτών ή ότι αυξάνεται το εισόδημά τους. Η **Kuara kokoo**, η μεγαλύτερη ένωση καλλιεργητών κακαόδεντρων στη Γκάνα, εξηγεί πως το δίκαιο εμπόριο και οι κανόνες του, είναι κλειδιά για τη μελλοντική επιβίωσή τους.

Σύμφωνα με την Κριστιάνα Αγκυάρε, πρόεδρο της Kuara Kokoo, η ένωση ιδρύθηκε με σκοπό το όφελος των μελών της και η εφαρμογή του δίκαιου εμπορίου έχει διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στη βελτίωση του επιπέδου διαβίωσης των καλλιεργητών. Το δίκαιο εμπόριο έχει βοηθήσει τα μέλη της ένωσης προσφέροντάς τους επιπλέον εισόδημα, κατανομημένο βάσει δημοκρατικών διαδικασιών. Ένα μέρος των χρημάτων αποδίδεται στους αγρότες-μέλη της ένωσης. Η Κριστιάνα συμπληρώνει πως «χωρίς την υποστήριξη και το επιπλέον εισόδημα από το δίκαιο εμπόριο, οι καλλιεργητές κακαόδεντρων δε θα είχαν δικαιώματα ούτε θα ήταν υπεύθυνοι αυτοί για το μέλλον τους».

Η ένωση Kuara Kokoo δημιουργήθηκε το 1993, όταν η κυβέρνηση της Γκάνας απελευθέρωσε τη βιομηχανία του κακάο. Μια ομάδα αγροτών αποφάσισε να ιδρύσει μια ένωση, σκεπτόμενη τα οφέλη που θα μπορούσαν να αποκομίσουν από αυτές τις νέες συνθήκες. Η Kuara Kokoo ανήκει 100% σε αγρότες, οι οποίοι είναι υπεύθυνοι για τη λήψη αποφάσεων αλλά και για την εφαρμογή τους. Σήμερα η ένωση αριθμεί 65.000 μέλη από πέντε περιοχές της Γκάνα με φυτείες κακαόδεντρων. Η Kuara Kokoo έγινε μέλος του κινήματος του δίκαιου εμπορίου το 1995. Το δίκαιο εμπόριο ήταν ένας τρόπος ώστε να μειωθεί η φτώχεια και να αποκτήσουν δικαιώματα οι καλλιεργητές κακαόδεντρων.

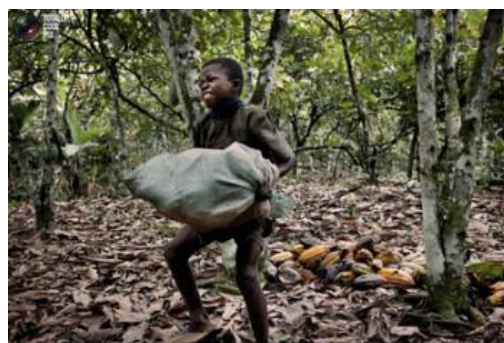


Το 1999 ιδρύθηκε η Divine Chocolate Company, η πρώτη εταιρία σοκολάτας που λειτουργούσε σύμφωνα με τους κανόνες του δίκαιου εμπορίου. Από την ίδρυσή της, η Divine Chocolate, μαζί με την Kuara Kokoo, έχουν προωθήσει το δίκαιο εμπόριο στην Ευρώπη και στις ΗΠΑ και πλέον οι καταναλωτές αντιλαμβάνονται ότι το εμπόριο σοκολάτας μπορεί να γίνει και με άλλους τρόπους. Η ένωση είναι τα τελευταία 17 χρόνια δικαιούχος μιας χρηματοδότησης του ιδρύματος δίκαιου εμπορίου, που ονομάζεται Fair Trade Premium και αφορά την κοινωνική και οικονομική ανάπτυξη των παραγωγικών κοινοτήτων, με τους καλλιεργητές να είναι διαχειριστές των χρημάτων. Τα χρήματα αυτά χρησιμοποιήθηκαν, για την ανέγερση σχολείων, για δάνεια προς τους αγρότες και για γεωτρήσεις. Η τελευταία πρωτοβουλία της ένωσης αφορά μια σειρά ραδιοφωνικών προγραμμάτων, ως μέσο πληροφόρησης και αλληλεπίδρασης. Τα θέματα που καλύπτονται αφορούν τις πρακτικές καλλιέργειας, την ίδια την ένωση, την παιδική εργασία κλπ.



Οι πρακτικές του δίκαιου εμπορίου ενδυναμώνουν τους καλλιεργητές. Τους δίνεται η δυνατότητα να εκλέγονται και να εμπιστεύονται το άτομο, το οποίο είναι υπεύθυνο για τις φυτείες και για τις πληρωμές των αγροτών, τους δίνεται δυνατότητα συμμετοχής και λόγου στη διαχείριση της τοπικής τους κοινότητας και ενθαρρύνει και υποστηρίζει τις γυναίκες της περιοχής. Μέσω της Divine και του ιδρύματος δίκαιου εμπορίου, έχει δοθεί η δυνατότητα στους αγρότες για άμεση επαφή με τους καταναλωτές στην Ευρώπη και στις ΗΠΑ. Οι καταναλωτές ταξιδεύουν στο Ηνωμένο Βασίλειο και στις ΗΠΑ, συζητούν με παιδιά και άλλους καταναλωτές, μοιράζονται την ιστορία τους, τα οφέλη του δίκαιου εμπορίου και τη γνώση που έχουν αποκομίσει μέσα από την κοινότητά τους. Η κυρία Αγκυάρε αναφέρει χαρακτηριστικά: «οι καλλιεργητές έχουν πλέον αυτοπεποίθηση και έχουν αυξήσει σημαντικά την κατανόησή τους προς τον κόσμο του κακάο. Αυτό κάνει το δίκαιο εμπόριο και είμαστε περήφανοι γι' αυτό».

2.4.2 Τα παιδιά της σοκολάτας



Τα περισσότερα παιδιά λατρεύουν τη σοκολάτα, υπάρχουν όμως και κάποια άλλα τα οποία την απεχθάνονται. Αυτά τα παιδιά υποχρεώνονται να δουλεύουν σε άθλιες συνθήκες εργασίας χωρίς να πληρώνονται και αν κάποιος από αυτά φέρει αντίρρηση σε αυτό που θα του πούνε, τότε το χτυπάνε. Αν αρρωστήσει, τότε το πετάνε στο δρόμο, βάζοντας κάποιο άλλο στη θέση του. Αυτά τα παιδιά ονομάζονται «σκλάβοι της σοκολάτας». Η Ακτή Ελεφαντοστού αποτελεί την πρώτη σε παραγωγή κακάο χώρα στον κόσμο, η οποία παίρνει παιδιά από άλλες γειτονικές χώρες, όπως το Μάλι, το Μπενίν, το Τόγκο και την Κεντροαφρικανική Δημοκρατία, και τα εκμεταλλεύεται με αυτόν τον τρόπο. Στις ΗΠΑ μετά από αρκετές έρευνες που έγιναν, διαπιστώθηκε πως πάνω από 109.000 παιδιά εργάζονται κάτω από τις χειρότερες συνθήκες παιδικής εργασίας, αντιμετωπίζοντας την επίδραση των χημικών φυτοφαρμάκων, τα καθημερινά ατυχήματα και την βαναυσότητα των αφεντικών, ενώ περίπου 10.000 εξ αυτών πέφτουν θύματα πορνείας και δουλεμπορίου. Υπολογίζεται πως περίπου 80.000 παιδιά σχολικής ηλικίας εργάζονται υπό αυτές τις συνθήκες, ενώ ο μέσος όρος ηλικίας τους δεν ξεπερνά τα 13,5 χρόνια.

2.5 Συνταγές

Στις σελίδες που ακολουθούν θα ανακαλύψετε κάποιες από τις αγαπημένες μας συνταγές με βάση το κακάο και τη σοκολάτα. Ελπίζουμε να τις απολαύσετε!!

Συνταγές με κακάο

Εκτέλεση

1. Λιώνετε το βούτυρο ή τη μαργαρίνη, και αποσύρετε από τη φωτιά την κατσαρόλα.
2. Στη συνέχεια προσθέτετε την άχνη, το κακάο και το κονιάκ και ανακατεύετε καλά όλα τα υλικά.
3. Προσθέτετε τα μπισκότα τριμμένα και τα καρύδια και ανακατεύετε καλά.
4. Αφήνετε το μείγμα να κρυώσει και μόλις σταθεροποιηθεί το απλώνετε στο αλουμινόχαρτο ή σε άλλο αντικολλητικό χαρτί και το τυλίγετε σε σχήμα κορμού.
5. Το βάζετε στην κατάψυξη να παγώσει.
6. Όταν παγώσει το πασπαίζετε από πάνω με νιλοτριμμένο μπισκότο.
7. Κόβετε σε φέτες και σερβίρετε.

Κορμός Σοκολάτας

Υλικά

- 250 γρ. (1 1/2 φλυτζ.τσαγιού) βούτυρο ή Μαργαρίνη
- 200 γρ. (1 φλυτζ.τσαγιού) ζάχαρη άχνη
- 40 γρ. (5 κουτ.σούπας) Κονιάκ Μεταξά
- 50 γρ. (5 1/2 κουτ.σούπας) Κακάο Γιώτης
- 250 γρ. Μπισκότα ππι-μπερ
- 100 γρ. καρύδια (προαιρετικά)
- αλουμινόχαρτο ή αντικολλητικό χαρτί

Get inspired



Σουφλέ Σοκολάτας

Υλικά

- 2 κουβερτούρες των 125γρ.
- 2 σοκολάτες Lacta των 85 gr
- 1 κούπα ζάχαρη
- 250 γρ. μαργαρίνη
- 2 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις + 1 κ.γ. μπεϊκιν
- 2 βανίλιες
- 5 αυγά



Εκτέλεση

Λιώνω το βιτάμ, τις κουβερτούρες και τις σοκολάτες σε ένα κατσαρολάκι (σε χαμηλή φωτιά) χτυπάω τη ζάχαρη, τα αυγά και προσθέτω το μείγμα της λιωμένης σοκολάτας
Στο τέλος, προσθέτω το αλεύρι και τις βανίλιες
Βουτυρώνω και αλευρώνω μια φόρμα του κέικ ή ατομικά φορμάκια και ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 180° C για 15 λεπτά. Εάν τα βάλετε σε ατομικά φορμάκια, ψήστε τα 10 λεπτά.

Μους Σοκολάτας

Υλικά

- 500 γρ. κουβερτούρα σε σταγόνες
- 250 γρ. γάλα
- 500 γρ. κρέμα γάλακτος

Εκτέλεση

- Λιώνουμε την κουβερτούρα μέσα στο γάλα σε πολύ χαμηλή φωτιά.
- Αφήνουμε να κρυώσει καλά.
- Χτυπάμε την κρέμα γάλακτος σε σαντιγύ και την προσθέτουμε στο μείγμα της σοκολάτας.
- Ομογενοποιούμε ανακατεύοντας πολύ ελαφρά από κάτω προς τα πάνω για να μην μας ξεφουσκώσει.
- Τοποθετούμε τη μους σε ποτηράκια και τη βάζουμε στο ψυγείο να παγώσει.



Τρουφάκια

Υλικά

- 1 πακ.μπισκότα τύπου ππι μπερ
- 3/4 φλιτζ. καρύδια ή μάντολες (καραμελωμένα αμύγδαλα)
- λίγο ξύσμα πορτοκαλιού ή βανίλια για άρωμα
- 1/2 πακ. βούτυρο ή μαργαρίνη (μαλακά)
- 1 κουτ. σούπας κακάο
- 2-3 κουτ. σούπας ποτό / λικέρ*
- 1/2 φλιτζ. τσάι earl grey
- 2-3 κουτ.σούπας γάλα εβαπορέ
- 1 σοκολάτα κουβερτούρα (100-125γρ)
- τρούφα μαύρη-λευκή για το τύλινια

Εκτέλεση

Σε λεκανίτσα χτυπάμε το βούτυρο με το κακάο, το λικέρ και το ξύσμα (ή βανίλια). Τρίβουμε στο μιλτρί τα μπισκότα και στη συνέχεια τα καρύδια ή μύγδαλα και τα ρίχνουμε στη λεκανίτσα. Μουλιάζουμε με το τσάι και ανακατεύουμε.

Λιώνουμε τη σοκολάτα σε μπεν μαρί, μαζί με το εβαπορέ, και τη ρίχνουμε κι αυτή στο μείγμα μας ανακατεύοντας να πάει παντού!

Αφήνουμε για λίγο στο ψυγείο για να πλάθεται πιο εύκολα.

Πλάθουμε τρουφάκια και τα κυλάμε σε τρούφα ή ινδοκάρυδο, τα βάζουμε σε πιατέλα και στο ψυγείο για τουλάχιστον 1-2 ώρες πριν τα σερβίρουμε.



Σοκολατόπιτα



ΥΛΙΚΑ

- 1 φλ. βιτάμ
- 5 αυγά
- 1 φλ. ζάχαρη
- 1 φλ. φουντούκια αλεσμένα
- 1 φλ. αλεύρι κοσκινισμένο (για όλες τις χρήσεις)
- 250 γρ. σοκολάτα κουβερτούρα λιωμένη
- 250 γρ. σοκολάτα γάλακτος λιωμένη

Γλάσο

- 1/2 φλ. κρέμα γάλακτος
- 125 γρ. κουβερτούρα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κτυπάμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ και προσθέτουμε τις λιωμένες σοκολάτες. Βάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί 28 νούμερο. Ψήνουμε στους 180 βαθμούς σε προθερμασμένο φούρνο για 20 λεπτά. Σε κατσαρολάκι ζεσταίνουμε την κρέμα, την κατεβάζουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε την κουβερτούρα σε κομματάκια και ανακατεύουμε μέχρι να γίνει το γλάσο. Περιχύνουμε την σοκολατόπιτα με το γλάσο



Μιλφέιγ Σοκολάτας

- 2 πακέτα σφολιατίνια (200 γρ. το καθένα)
- 400 γρ. μερέντα
- 180 γρ. βιτάμ
- 2 φακέλους σαντιγί Garni
- τριμμένη σοκολάτα ή 5-6 κουταλιές κουβερτούρα σε νιφάδες

Εκτέλεση

Καλή Επιτυχία

- Λιώνουμε το βιτάμ και το ενώνουμε με την μερέντα
- Χτυπάμε με αυγοδάρτη ή μίξερ χειρός τα 2 υλικά να ενωθούν καλά.
- Στον πάτο ενός μεσαίου πυρέξ (όχι πολύ μεγάλου) στρώνουμε μια σειρά με σφολιατίνια.
- Πάνω από αυτά απλώνουμε το μείγμα της μερέντας.
- Καλύπτουμε με μιαν ακόμη σειρά από σφολιατίνια.
- Ετοιμάζουμε την σαντιγί Garni
- Απλώνουμε την σαντιγί πάνω από όλα τα υλικά στο πυρέξ.
- Πάνω απ' όλα πασπαλίζουμε με τριμμένη σοκολάτα ή νιφάδες κουβερτούρας.
- Βάζουμε το πυρέξ στο ψυγείο για να κρυώσει καλά το γλυκό μας!
- Όταν κρυώσει, κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε!



Κέικ Σοκολάτας

Υλικά

- 2 φλ. ζάχαρη
- 1 3/4 φλ. αλεύρι
- 3/4 φλ. κακάο
- 1 1/2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 1 1/2 κ.γ. μαγειρική σόδα
- 1 κ.γ. αλάτι
- 2 βανίλιες
- 2 αβγά
- 1 φλ. γάλα
- 1/2 φλ. λάδι
- 1 φλ. βραστό νερό



Εκτέλεση

- 1) Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 170°.
- 2) Σε ένα μεγάλο μπολ βάζουμε τη ζάχαρη, το αλεύρι, το κακάο, το μπέικιν, τη σόδα, το αλάτι και τις βανίλιες και ανακατεύουμε.
- 3) Προσθέτουμε τα αβγά, το γάλα, το λάδι και ανακατεύουμε με το μίξερ.
- 4) Τέλος προσθέτουμε το βραστό νερό και ανακατεύουμε.
- 5) Βγάζουμε από το φούρνο και αφήνουμε για 10' να κρυώσει κάπως πάνω σε σχάρα. Μετά ξεφορμάρουμε και αφήνουμε να κρυώσει τελείως.

3^η Ενότητα

3. Η σοκολάτα στον κόσμο και στην Ελλάδα

3.1 Η σοκολάτα στην Ευρώπη

Ελβετία: Στην Ελβετία παρατηρούμε τη μεγαλύτερη κατανάλωση σοκολάτας από κάθε άλλη χώρα! Αυτό είναι φυσικό, καθώς εκεί υπάρχουν οι μεγαλύτερες και οι πιο γνωστές βιομηχανίες σοκολάτας (Nestlé, Lindt και άλλες)

Βέλγιο: Η σχέση Βελγίου-σοκολάτας είναι μεγάλη, αφού το Βέλγιο παράγει 172.000 τόνους σοκολάτας. Επίσης το Βέλγιο έχει 16 μουσεία, 12 εργοστάσια και παραπάνω από 2.100 καταστήματα σοκολάτας. Ακόμα αξίζει να πούμε ότι γνωστές βελγικές βιομηχανίες σοκολάτας έχουν παραρτήματα στην Ελλάδα.

Ισπανία: Οι Ισπανοί είναι οι πρώτοι Ευρωπαίοι που έφεραν τη σοκολάτα στην Ευρώπη και την γεύτηκαν πρώτοι. Έτσι θεωρούν αυτό το μαγευτικό γλύκισμα δικό τους προϊόν. Χωρίς όμως να έχουν και άδικο. Στην Ισπανία κατασκευάστηκε η πρώτη μηχανή σοκολάτας το 1780. Η ιστορία της σοκολάτας παρουσιάζεται στο μουσείο Museo de la Xocolata

Γαλλία: Στην Γαλλία είδαν την σοκολάτα πρώτη φορά στο γάμο του Λουδοβίκου 15^{ου} και της Άννας της Αυστρίας, καθώς η Μαρία Τερέζα τους έκανε δώρο στους αρραβώνες σκόνη σοκολάτας μέσα σε ένα σκάκι. Μετά από καιρό δημιουργήθηκε η στερεή σοκολάτα σε παστίλιες.

Κύπρος: Στο φεστιβάλ σοκολάτας της Κύπρου ο κόσμος μπορεί να παρακολουθήσει διάφορες επιδείξεις. Μπορεί επίσης να δει τον τρόπο παρασκευής της σοκολάτας και άλλες σοκολατοδημιουργίες με κύριο συστατικό φυσικά την σοκολάτα. Τα έσοδα από το φεστιβάλ πηγαίνουν στο κέντρο Ανακουφιστικής Φροντίδας του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου.

Αγγλία: Στο Λονδίνο και πιο συγκεκριμένα στα Harrods μπορεί κάποιος να γευτεί πραλίνα και ό,τι άλλο σοκολατένιο γλύκισμα θέλει στο Chocolate Bar.

Ιταλία: Στην Περούτζια της Ιταλίας διοργανώνεται κάθε Οκτώβριο φεστιβάλ σοκολάτας. Το φεστιβάλ πρωτοδιοργανώθηκε το 1993 και διαρκεί 9 μέρες. Εκατομμύρια τουρίστες και ντόπιοι το επισκέπτονται. Πρόκειται για ένα από τα μεγαλύτερα φεστιβάλ σοκολάτας στον κόσμο. Κάθε χρόνο έχει και διαφορετικό θέμα. Ο επισκέπτης μπορεί να αγοράσει διάφορα

σουβενίρ, να δει θαυμάσια γλυπτά από σοκολάτα, να συμμετάσχει σε μαθήματα ζαχαροπλαστικής και φυσικά να γευτεί πολλά είδη σοκολάτας.

3.2 Η σοκολάτα στις υπόλοιπες περιοχές του κόσμου

Βενεζουέλα: Οι σχετικοί με τη σοκολάτα υποστηρίζουν ότι η πιο σπάνια γεύση σοκολάτας είναι η αρεόλη, η οποία αφήνει στο στόμα μια γεύση βανίλιας.

Καραϊβική: Στο ερημητήριο του Άγιου Πατρικίου παράγεται η καλύτερη για κάποιους σοκολάτα στον κόσμο. Εκεί παρασκευάζεται η σοκολάτα βιολογικά. Οι σπόροι καλλιεργούνται, συλλέγονται, επεξεργάζονται, μπαίνουν σε πακέτα και στέλνονται στην οικογενειακή επιχείρηση. Αξίζει να τονίσουμε ότι για όλα αυτά χρησιμοποιείται ηλιακή ενέργεια.

3.3 Τα 10 καλύτερα ευρωπαϊκά φεστιβάλ σοκολάτας!!!!

- ❖ **EuroChocolate, Περούτζια** (Ιταλία)
- ❖ **Le Salon du Chocolat, Παρίσι** (Γαλλία)
- ❖ **Praia da Vitoria, Αζόρες** (Πορτογαλία)
- ❖ **Choco-Late Festival, Μπρυζ** (Βέλγιο)
- ❖ **Turin at Cioccolato, Τορίνο** (Ιταλία)
- ❖ **Easter Chocolate Festivals**, (Ηνωμένο Βασίλειο)
- ❖ **The London Chocolate Festival, Λονδίνο** (Ηνωμένο Βασίλειο)
- ❖ **Chocolate Festival, Xabia** (Ισπανία)
- ❖ **Grandola Chocolate Festival**, (Πορτογαλία)
- ❖ **Journées du Chocolat, Bayonne** (Γαλλία)



3.4 Μουσεία σοκολάτας σε όλο τον κόσμο

Αυστρία

- Heindl Schokolademuseum. Ιδρύθηκε στη Βιέννη, το 2001, από την εταιρία Walter Heindl

Βέλγιο

- Choco Story: Ιδρύθηκε το 2004 και βρίσκεται στην Brugge. Διεύθυνση: 2 Wijnezstraat, 8000 Bruges
- Roose's Chocolate World: 1 Havenstraat, 8000 Bruges
- Chocolaterie Duval: Βρίσκεται στις Βρυξέλλες. Διεύθυνση: 19 Rue Des Chardons, 1030 Brussels
- Hotel Le Plaza Brussels "Crazy Chocolate" package: Βρίσκεται στις Βρυξέλλες. Διεύθυνση: 118-126 Bd Adolphe Maxlaan, 1000 Brussels
- Le Chocolat, L'Or Noir Des Bruxellois: Βρίσκεται στις Βρυξέλλες, κοντά στην Galleries St. Hubert
- Le Chocolatier Manon Factory Tour: Βρίσκεται στις Βρυξέλλες. Διεύθυνση: 64 Rue Tilmont, 1090 Brussels
- Musee du cacao et du chocolat: Ιδρύθηκε το 2005 και βρίσκεται στις Βρυξέλλες, στην κεντρική Grand Place Square.
- Planete Chocolat: Βρίσκεται στις Βρυξέλλες. Διεύθυνση: 24 Rue du Lombard, 1000 Brussels
- Le Musee du chocolat Jacques: Βρίσκεται στο Eupen.
- Chocolaterie Defroidmont: Βρίσκεται στις Αρδέννες. Διεύθυνση: 19A Briscol, 6997 Erezee
- Cyril Chocolat: Βρίσκεται στις Αρδέννες.
- Temple du Chocolat C?te d'Or: Ανοιχτό μόνο για γκρουπ μαθητών δημοτικού.
- Chocolate Lovers Paradise Tours

Βραζιλία

- Chocolate Caseiro Prawer: Βρίσκεται στη μικρή τουριστική πόλη Gramadoστην Νότια Βραζιλία

Γαλλία

- The Chocolate Walk: Σοκολατο□ διαδρομή στο Παρίσι.
- Chocolaterie du Drakkar et Musee du Chocolat: Βρίσκεται στη Νορμανδία. Διεύθυνση: ZA Bayeux Intercom, 14400 Nonant
- Chocolatrium Michel Cluizel: Βρίσκεται στη Νορμανδία. Διεύθυνση: Avenue de Conches, 27240 Damville
- L'Atelier Du Chocolat Bayonne: Διεύθυνση: Z.A. Ste Croix, 7 Allee de Gibebeou, 64100 Bayone
- Le Musee du Chocolat Bovetti: Διεύθυνση: Z.A.E.S. du Moulin Rouge, 24120 Terrasson la Villedieu

- Le Musee du Chocolat Des Lis Chocolat: Διεύθυνση: Zi Du Rocher Vert, 6 Rue Louis Blériot, 77140 Nemours
- Le Musee Du Chocolat Hautot: Διεύθυνση: 851 Route De Valmont, 76400 Fécamp
- Le Paradis Du Chocolat: Βρίσκεται στην περιοχή La Cote-Saint-Andre
- Les Secrets du Chocolat: Βρίσκεται κοντά στο Στρασβούργο. Διεύθυνση: Parc de la Porte Sud, Rue du Pont du Peage, 67118 Geispolsheim
- Planete Musee Du Chocolat: 14 Avenue Beaurivage, 64200 Biarritz
- Musee virtuel du chocolat: Διαδικτυακό μουσείο σοκολάτας
- David Lebovitz

Γερμανία

- Halloren: Ιδρύθηκε το 2002 στο Halle από τη Halloren, την παλαιότερη Γερμανική σοκολατοποιία (έτος ίδρυσης 1804)
- Imhoff Schokolademuseum: Ιδρύθηκε το 1993 στην K?ln και είναι το μεγαλύτερο και παλιότερο μουσείο της πόλης.
- Rausch Schokoland: Ιδρύθηκε το 1995 στο Peine.
- Heidelberg Wine and Chocolate Tasting: Μετά από κράτηση, γκρουπ τουλάχιστον 8 ατόμων έχουν τη δυνατότητα να δοκιμάσουν 5 τοπικά κρασιά και ισάριθμες τοπικές σοκολάτες
- Ritter Sport Schokoladen: Διεύθυνση: Alfred-Ritter-Strasse 27, 71111 Waldenbuch
- Wawi Schokoladenwelt: Διεύθυνση: Unterer Sommerwaldweg 19-20, 66953 Pirmasens

Ελβετία

- Alimentarium: Βρίσκεται στο Vevey
- Schokoland Alprose: Βρίσκεται στο Caslano
- Cailler-Nestlé: Βρίσκεται στο Broc

Εσθονία

- Kalev confectionery museum: Ιδρύθηκε το 2002 και βρίσκεται στο Ταλλίν

Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής

- Hershey's Chocolate World: Βρίσκεται στο Hershey της Pennsylvania
- The Hershey Story: Βρίσκεται στο Hershey της Pennsylvania
- South Bend Chocolate Company: Βρίσκεται στο South Bend της Indiana
- Candy Americana Museum: Βρίσκεται στο Lititz της Pennsylvania
- Chocolate City Museum: Βρίσκεται στο Burlington.

Ιαπωνία

- Shiroy Koibito Park: Βρίσκεται στο Σαπόρο

Ισπανία

- Chocolates Comes museum: Βρίσκεται στη Sueca.
- Museo del Chocolate Valor: Βρίσκεται στη Villajoyosa.

- Museo del Chocolate de Sueca: Βρίσκεται στη Villajoyosa.
- Museu Xocolata: Βρίσκεται στη Βαρκελώνη

Ιταλία

- Museo del Cioccolato Antica Norba: Βρίσκεται στη Norma
- Museo Storico della Perugina: Βρίσκεται στην Perugia
- Etruscan Chocohotel Hotel Perugia: Ξενοδοχείο με θέμα τη σοκολάτα
- La Casa del Cioccolato Perugina
- ChocoPass: Τριήμερη περιήγηση με σκοπό τη δοκιμή περισσότερων από 20 διαφορετικών ειδών σοκολάτας. Λαμβάνει χώρα στο Τορίνο.
- "Chocolate World" School of Chocolate Package: Ξενοδοχείο με θέμα τη σοκολάτα. Βρίσκεται στην Μπολόνια.

Καναδάς

- Le Musee du Chocolat de la Confiserie Bromont: Βρίσκεται στο Bromont του Κεμπέκ.
- Erico Choco Museum: Ιδρύθηκε από την εταιρεία Erico. Βρίσκεται στο Κεμπέκ.
- Ganong Chocolate museum: Βρίσκεται στο St. Stephen, την επονομαζόμενη Πόλη της Σοκολάτας του Καναδά.

Κορέα

- Chocolate museum: Βρίσκεται στο Jeju-do

Κούβα

- Museo del Chocolate: Ιδρύθηκε το 2003 και βρίσκεται στην Αβάνα της Κούβας.

Μεγάλη Βρετανία

- Cadbury World: Ιδρύθηκε στο Birmingham το 1990
- Walker's Chocolate Emporium Museum: Βρίσκεται στο Devon

Μεξικό

- Nestle Chocolate Museum: Βρίσκεται στην Πόλη του Μεξικό

Νέα Ζηλανδία

- Cadbury World: Πληροφορίες στον δικτυακό τόπο που αφορά και τη Μ. Βρετανία
- Silky Oak 'Chocolate Thru' the Ages' Museum: Βρίσκεται στο Napier.

Νικαράγουα

- ChocoMuseo: Βρίσκεται στη Γρανάδα.

Ολλανδία

- De Chocoladefabriek: Θα βρίσκεται στο Amsterdam από το 2013.
- Gemeentemuseum Weesp: Βρίσκεται ήδη στο Weesp. Περιλαμβάνει ειδική έκθεση για τον Van Houten.

Ουγγαρία

- Csokoládé Múzeum: Βρίσκεται στη Βουδαπέστη

Ρωσία

- Krasny Oktyabr museum: Βρίσκεται στη Μόσχα

Σουηδία

- Malmo Chokladfabrik: Βρίσκεται στο Malmo

Τσεχία

- Viva Praha Chocostory: Ιδρύθηκε το 2008 και βρίσκεται στη Celetna της Πράγας
- Prague Museum of Chocolate: Βρίσκεται στην Πράγα.

3.5 Κάποια...περίεργα της σοκολάτας!!!!

Η μεγαλύτερη σοκολάτα στον κόσμο



Η μεγαλύτερη σοκολάτα στον κόσμο ζυγίζει σχεδόν 5,5 τόνους. Αυτό το απολαυστικό δημιούργημα έσπασε το Ρεκόρ Γκίνες. Η «γιγάντια» αυτή σοκολάτα ανήκει στην εταιρεία World Fitness Chocolate και δημιουργήθηκε σύμφωνα με τον διευθυντή σύμβουλο της εταιρείας Eddie Orler με σκοπό την ενημέρωση των πολιτών για σωστή διατροφή με σλόγκαν «The big Eat Smart». Για την παρασκευή της γλυκιάς δημιουργίας χρειάστηκαν

907 κιλά γάλα και 2494 κιλά ζάχαρη. Η σοκολάτα έχει ύψος περίπου 1 μέτρο και μήκος 6,5 μέτρα.

Σοκολατένιο χριστουγεννιάτικο δέντρο



Στην πόλη Macarata Feltria κατασκευάστηκε ένα σοκολατένιο χριστουγεννιάτικο δέντρο με ύψος έξι ολόκληρα μέτρα και 60 κιλά σοκολάτας

Η μυρωδιά της σοκολάτας αυξάνει τις πωλήσεις ... βιβλίων

Όσο περίεργο και να σας φαίνεται, το όπλο ενός ιδιοκτήτη βιβλιοπωλείου για να πουλήσει περισσότερα βιβλία είναι η σοκολάτα, ναι, όπως το ακούτε, η σοκολάτα!!! Η έρευνα αυτή έχει γίνει στο Βέλγιο και παρατηρήθηκε στους τομείς της μαγειρικής βέβαια, αλλά και στην ρομαντική λογοτεχνία.

Ένα δωμάτιο από σοκολάτα



Στην Λιθουανία το εμπορικό κέντρο Kaliningrad Plaza γιόρτασε τα 5 χρόνια λειτουργίας του με ένα ιδιαίτερο τρόπο. Η γλύπτρια Elena Climent πήρε την ανάθεση αυτού του έργου δημιουργώντας ένα δωμάτιο 20 τετραγωνικών μέτρων ΜΟΝΟ από σοκολάτα.

Σοκολάτα που δε λιώνει

Η σοκολατοβιομηχανία Cadbury δημιούργησε μια πατέντα στην οποία η σοκολάτα δεν λιώνει ούτε στους 40 βαθμούς!!! Όπως λέει η μητρική εταιρεία Kraft η σοκολάτα προορίζεται για τις ζεστές χώρες, όπως πχ Ινδία και Βραζιλία. Μια κοινή σοκολάτα λιώνει στους 34 βαθμούς, ενώ η νέα πατέντα θα ενισχύσει την αντίστασή της στη θερμότητα.

34 μέτρα τρένο εξ ολοκλήρου από σοκολάτα!



Ο διάσημος σοκολατοποιός Andrew Faggugia παρασκεύασε το 2012 για «Εβδομάδα Σοκολάτας» στις Βρυξέλες ένα εντυπωσιακό τρένο μήκους 34 μέτρα εξ ολοκλήρου από σοκολάτα, αποδίδοντας με λεπτομέρεια όλα τα χαρακτηριστικά ενός παλαιού συρμού. Το περίπλοκο μοντέλο κατασκευάστηκε από 1.285 κιλά σοκολάτας, ενώ χρειάστηκαν 784 ώρες μέχρι να ολοκληρωθεί. Και όπως είναι φυσικό, κέρδισε μία περίοπτη θέση στο βιβλίο των ρεκόρ Γκίνες.

Η πιο ακριβή πραλίνα



Η συνεργασία μεταξύ του σοκολατοποιού Paul Wittamer και του κοσμηματοπώλη Fabienne Lascar είχε ως αποτέλεσμα μια πραλίνα, από μαύρη σοκολάτα, καραμέλα με τζίντζερ και χρυσά φύλλα, "γαρνιρισμένη" με ένα διαμάντι 3.63 καρατίων, αξίας 240.000 δολαρίων!

Τέλος σας παρουσιάζουμε τον καλύτερο ίσως οίκο σοκολάτας στον κόσμο:



Ο λόγος για το LA MAISON DU CHOCOLAT στο Παρίσι. Όποιος θέλει να αγοράσει την εκλεκτότερη σοκολάτα του κόσμου, θα πρέπει να έχει φυσικά μία άνεση στην τσέπη του: 58,70 ευρώ κοστίζουν τα 570 γραμμάρια τρούφες. Όπως όλοι ξέρουμε η Γαλλία είναι η χώρα που ανήγαγε τη γαστρονομία σε τέχνη και έτσι φυσικό είναι αυτό το αριστούργημα να παράγεται εκεί.



3.6 Η ιστορία της σοκολάτας στην Ελλάδα



Η είσοδος της σοκολάτας στην Ελλάδα οφείλεται στον πρωτοπόρο Σπυρίδωνα Παυλίδη. Η επιχείρηση Παυλίδη ιδρύθηκε το 1841 στην Αθήνα, στη γωνία των οδών Αιόλου και Βύσσης, ως "Γλυκυσματοποιείον". Αρχικά παρήγαγε παραδοσιακά γλυκά και κάποια οينوπνευματώδη ποτά. Η παρασκευή της πρώτης σοκολάτας τοποθετείται στο 1852.

Την εποχή εκείνη δε γίνονταν εισαγωγές κακάο στην Ελλάδα. Η διαδικασία άλεσης κακάο γινόταν με τη χρήση ενός μύλου για καφέ που είχε εισαχθεί αρκετά χρόνια νωρίτερα με τη βοήθεια ενός Πολωνού τεχνίτη που εργαζόταν στο κατάστημα Παυλίδη. Ο Σπυρίδων Παυλίδης πραγματοποίησε διάφορα ταξίδια, λαμβάνοντας μέρος σε διάφορες εκθέσεις στο εξωτερικό όπου βραβεύτηκε για τη σοκολάτα του.



Μετά τη σοκολατοβιομηχανία Παυλίδου ακολούθησαν διάφορες εταιρείες, οι οποίες ασχολήθηκαν με την παραγωγή σοκολάτας και κακάο. Η πρώτη χρονολογικά εταιρεία ήταν η βιομηχανία Ζαβορίτου, Λόγγου και Μουλά, Γαβριήλογλου, έπειτα η Ίρις, η ΑΒΕΖΑΠ, η ΑΣΤΗΡ, η Άλφα, η ΙΟΝ, η εταιρεία Ατσάρου και Φλόκα. Άλλες βιομηχανίες που παρήγαγαν προϊόντα με συστατικό τους τη σοκολάτα ή το κακάο ήταν: η εταιρεία Ρούσσος, ΕΒΓΑ, η Παπαδοπούλου, η ΜΕΛΟ, η Mabel, η ΓΚΛΑΡΙΣ, η ΣΕΡΑΛ και ο Λουμίδης. Η εταιρεία Nestle εμφανίστηκε το 1912 και ασχολήθηκε αποκλειστικά με εισαγωγές.

Το 1852 έως το 1970 οι ποικιλία των προϊόντων στο εμπόριο αυξήθηκε σημαντικά. Ορόσημο στην ιστορία της σοκολάτας για την Ελλάδα αποτελεί το έτος 1859 όταν ο Παυλίδης παράγει και βραβεύεται για τη γνωστή σοκολάτα "Υγείας". Το 1912 η βιομηχανία Ζαβορίτου παράγει σοκολάτα γάλακτος, ενώ την ίδια χρονιά εισάγεται το προϊόν αυτό από την Nestlé. Τη δεκαετία του '20 ο Παυλίδης προχωρά σε μια ακόμη καινοτομία παράγοντας την πρώτη σοκολάτα αμυγδάλου στην Ελλάδα, ενώ το 1930 ακολουθεί η εταιρεία Ίρις και λίγο αργότερα η ΕΒΓΑ και η ΙΟΝ.

Αρχικά η σοκολάτα και το κακάο θεωρούνταν είδη πολυτελείας εξαιτίας του υψηλού κόστους τους. Στην πορεία όμως, η μαζική παραγωγή τους έκανε τα προϊόντα αυτά περισσότερο προσιτά στο ευρύ κοινό, ενώ και οι διαφημίσεις βοήθησαν στη διείσδυση της σοκολάτας σε όλες τις ηλικιακές ομάδες και κοινωνικές τάξεις.



Τέλος η σοκολάτα κατέχει σημαντική θέση σε διάφορα συσσίτια. Βρίσκουμε διάφορες αναφορές για την κατανάλωση σοκολάτας σε περιόδους πολέμου και στο στρατό. Τα περισσότερα στοιχεία όμως αφορούν παιδικά και μαθητικά συσσίτια, καθώς και εράνους ή φιλανθρωπικές κινήσεις.

3.6.1 Αγαπημένες σοκολάτες στην Ελλάδα

Lacta



Αγορά

Το όνομα Lacta είναι «το πιο γλυκό κομμάτι της ζωής σας». Πρόκειται για μια από τις δημοφιλέστερες σοκολάτες που παρήγαγε ποτέ η σοκολατοποιία Παυλίδη και μία από τις ισχυρότερες μάρκες της σημερινής εταιρείας Kraft Food Hellas.

Ο κλάδος στον οποίο ανταγωνίζεται η Lacta είναι κυρίως η σοκολάτα και δευτερευόντως οι γεμιστές σοκολάτες, οι γκοφρέτες και τα σοκολατάκια.

Ιστορία

Η Kraft δραστηριοποιείται στην Ελλάδα από το 1970. Το 1991 εξαγοράζει την επιχείρηση της σοκολατοποιίας Παυλίδου. Το 1993 δημιουργείται η Kraft Jacobs Suchard. Η Kraft Foods International με την Kraft Foods North America, αποτελεί την δεύτερη μεγαλύτερη βιομηχανία τροφίμων παγκοσμίως και η οποία με τη σειρά της υπάγεται στον όμιλο εταιρειών Altria Groups Inc. Στην Ελλάδα η εταιρεία εκπροσωπείται από την Kraft Foods Hellas AE, η οποία από το 2001 κατέχει το 100% της σοκολατοποιίας Παυλίδου.

Brand Προϊόντος

Η σοκολάτα γάλακτος Lacta δημιουργήθηκε την δεκαετία του '60 στο εργοστάσιο Παυλίδη. Η Lacta είναι η πρώτη σε πωλήσεις σοκολάτα γάλακτος στην Ελλάδα. Η συσκευασία της βασιζόταν πάντα στο συνδυασμό του κόκκινου και λευκού, ενώ η τελευταία αναδιαμόρφωση του εικαστικού της έγινε το 1999, όταν απέκτησε το χαρακτηριστικό κύμα που υποδηλώνει κίνηση, γαλακτώδη υφή και επανάσταση.

ION



Τα θεμέλια του επιχειρηματικού βεληνεκού της ION – ως μια από τις μεγαλύτερες ελληνικές βιομηχανίες σοκολατοειδών και ζαχαρωδών προϊόντων – μπαίνουν μετά από το Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Σήμερα, σε ένα πλήρως διεθνοποιημένο επιχειρηματικό περιβάλλον η ION παραμένει μία αμιγώς ελληνική σοκολατοποιία και διατηρεί αναλλοίωτη τη γεύση και την ποιότητα των προϊόντων της.

Το όνομα της εταιρείας προέρχεται από το αρωματικό λουλουδι ίον το εύοσμον, που είναι γνωστότερο σε όλους με το όνομα μενεξές. Ο μενεξές υπήρξε για εκατοντάδες χρόνια ένα από τα πιο δημοφιλή φυτά στη μαγειρική και τη ζαχαροπλαστική.

Η ION, ιδιαίτερα τα τελευταία 40 χρόνια στα οποία παραμένει σε ηγετική θέση στον κλάδο της σοκολάτας, κατέχει πολλές πρωτιές στο χώρο αναφορικά με τα προϊόντα που διαθέτει στην αγορά, αλλά και ως προς την επικοινωνία της, την οργάνωσή της και την κοινωνική προσφορά της.

Το 1947 για πρώτη φορά δημιουργεί τη σοκολάτα γάλακτος με αμύγδαλα, τη γνωστή σε όλους ION Αμυγδάλου, η οποία μέχρι σήμερα είναι το πλέον αγαπητό είδος από την ευρεία γκάμα προϊόντων της, «η πρώτη μας αγάπη και παντοτινή». Η ION Αμυγδάλου παραμένει ηγέτης της αγοράς για περισσότερο από τέσσερις δεκαετίες. Το κλαδί της ανθισμένης μυγδαλιάς που χαρακτηρίζει τη συσκευασία της, έγινε απόλυτο συνώνυμο στη συνείδηση των καταναλωτών με τη σοκολάτα αμυγδάλου. Μία σειρά από πρωτιές συνοδεύουν την παρουσία της ION, όπως η πρώτη τετράγωνη σοκολάτα ελληνικής παραγωγής (Break) σε συσκευασία με εύκολο άνοιγμα, το σοκολατάκι με το ολόκληρο φουντούκι (Noisetta) και φυσικά τη Σοκοφρέτα της ION που αποτελεί ένα από τα πιο σημαντικά προϊόντα της ελληνικής αγοράς στον κλάδο των ζαχαρωδών.

Για την παραγωγή των σοκολατένιων προϊόντων, οι διαφορετικές ποικιλίες κακαοβάλλανων - των καρπών του κακαόδεντρου απ' όπου παράγεται το κακάο - ανακατεύονται σε προκαθορισμένες αναλογίες, σύμφωνα με την μυστική συνταγή κάθε σοκολατοποιού.

Ιδιαίτερα, η ION Αμυγδάλου επηρέασε βαθιά όχι μόνο τις γευστικές προτιμήσεις των Ελλήνων φίλων της, αλλά και την πορεία της εγχώριας διαφημιστικής δημιουργίας, καθώς ήταν από τα πρώτα προϊόντα που προβλήθηκαν στις σελίδες δημοφιλών περιοδικών της

εποχής. Το όνομα "ION" συνδέεται με αμέτρητες γλυκές αναμνήσεις από τη ζωή του καθενός μας.

NESTLÉ



Ιστορία

Η Nestlé πήρε το όνομά της από τον φαρμακοποιό Ανρί Νεστέ (Henri Nestlé) που καταγόταν από την Φρανκφούρτη . Το 1866 δημιούργησε δική του εταιρεία, η οποία το 1905 συγχωνεύθηκε με την Anglo-Swiss Condensed Milk Company με έδρα το Σαμ (Cham) της Ελβετίας.

Κατά τα τέλη του 19ου αιώνα προϊόντα της Nestlé εμφανίζονται στη Ελλάδα. Το 1973 ιδρύεται η σημερινή Nestlé Ελλάς, που είναι παρούσα και με εργοστάσια παραγωγής στην Ελλάδα. Από την Nestlé Ελλάς προέρχεται η εφεύρεση του πλέον διεθνώς γνωστού Φραπέ.

Η Nestlé σήμερα

Η Nestlé σήμερα είναι μια από τις μεγαλύτερες εταιρείες τροφίμων σε ολόκληρο τον κόσμο, καθώς απασχολεί 265.000 άτομα παγκοσμίως και διαθέτει 481 εργοστάσια σε 87 χώρες και τις πέντε ηπείρους.



Διαθέτει ευρεία γκάμα προϊόντων. Γνωστά προϊόντα της στην Ελλάδα είναι ο στιγμιαίος καφές Nescafé, τα είδη βρεφικής διατροφής "Neslac", "Nan" κ. ά., οι σοκολάτες "Crunch", "Smarties" "KitKat", στιγμιαία ροφήματα (Νεσκούικ), προϊόντα μαγειρικής με την επωνυμία "Maggi", μεταλλικό εμφιαλωμένο νερό ("Κορπή", "Perrier"), παγωτά, προϊόντα για κατοικίδια (όπως τα "Friskies") κ. ά.

3.6.2 Κοινωνικές χρήσεις της σοκολάτας και του κακάο

Τη δεκαετία του 1960 όλες οι βιομηχανίες τείνουν να δημιουργήσουν την εντύπωση ότι οι σοκολάτες είναι ένα προϊόν που μπορεί να καταναλωθεί από όλους. Η σοκολάτα σχετίζεται συχνά με διάφορες κοινωνικές εκδηλώσεις, όπως προκύπτει από αρκετές αναφορές που έχουν βρεθεί.

ΑΠΟΚΡΙΕΣ



Ένα από τα περισσότερο διαδεδομένα έθιμα που συνδέονται με την σοκολάτα, είναι αυτό του σοκολατοπόλεμου που πραγματοποιείται την τελευταία Κυριακή την Αποκριάς και συνεχίζεται μέχρι την εποχή μας. Το 1892 έχουμε την πρώτη αναφορά για τον σοκολατοπόλεμο στην Πάτρα. Σοκολάτες πετούσαν στον κόσμο οι πλούσιοι. Στην εφημερίδα ΕΜΠΡΟΣ το 1900, βρίσκεται η

αμέσως επόμενη αναφορά, όπου αναγράφεται ότι εκτός από λουλούδια και χαρτοπόλεμο «οι αρματοδρομούντες ντομινοφόροι» έριχναν ολόκληρες πλάκες σοκολάτας στο πλήθος, το οποίο παρακολουθούσε την παρέλαση στην Πρέβεζα.

Αργότερα πληροφορούμαστε ότι το έθιμο αυτό επικρατεί και στην Πλάκα, όπου σύμφωνα με μία ανακοίνωση, η οποία έχει δημοσιευτεί στην εφημερίδα ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ «κατά την παρέλαση θα ριφθούν σοκολάτες και άλλα διαφημιστικά προϊόντα», πράγμα που σημαίνει ότι αυτή η διαδικασία αποσκοπούσε στην προώθηση των προϊόντων της εταιρείας εκείνης. Ένα ακόμη μέρος που γιορτάζει τις Απόκριες με αυτόν τον τρόπο είναι και η Κέρκυρα.

Το έθιμο αυτό κάνει εντονότερη την παρουσία του στην Πάτρα, από όπου και ξεκίνησε. Περίπου κάθε χρονιά μετά το 1960 βρίσκουμε άρθρα, τα οποία αναφέρονται σε αυτό το γεγονός. Σε αυτά γίνεται λόγος για τις πολύ μεγάλες ποσότητες σοκολάτας που ρίπτονται κάθε φορά από τα άρματα, όπως για παράδειγμα το 1961 που έγινε ρίψη 200.000 σοκολατών και το 1962 που «τέσσερις-πέντε μασκοφόροι κερνούν χουβαρντάδικα το πλήθος και ενσπύρουν εμφυλίσους πολέμους στις ομάδες των παιδιών που περιμένουν τη γλυκειά βροχή». Αποκορύφωμα της γλυκειάς βροχής αποτελεί το 1960, όπου σε μια εφημερίδα προαναγγέλλεται η ρήψη 1.500.000 τεμαχίων σοκολάτας.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ-ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ

Τα Χριστούγεννα είναι μια γιορτή άμεσα συνδυσασμένη με τα παιδιά, οπότε δε θα μπορούσε να μη σχετίζεται και με τη σοκολάτα. Σε ένα άρθρο του 1965 με τίτλο «γλυκύσματα τα φετινά Χριστούγεννα» αναφέρεται ότι μετά τα κατεξοχήν γλυκά των Χριστουγέννων, ακολούθησαν σε πωλήσεις οι σοκολάτες. Χαρακτηριστική είναι η διαφήμιση της εποχής εκείνης, όπου η ΕΒΓΑ παρουσιάζει ένα κορίτσι να κάνει την προσευχή του και στον αντικατοπτρισμό μιας Χριστουγεννιάτικης μπάλας φαίνεται η σοκολάτα που διαφημίζεται.

Στις μέρες μας η σοκολάτα έχει εισβάλει καθοριστικά στις γιορτές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς. Στο εργοστάσιο του Παυλίδη, μέχρι και πριν από 3 χρόνια, πραγματοποιούνταν μια έκθεση σαν φεστιβάλ σοκολάτας.



ΠΑΣΧΑ-ΝΗΣΤΕΙΑ

Μέσα στο βιβλίο της Μυρσίνης Ακοτάντη για τη σοκολάτα αναφέρεται ότι την Μ. Παρασκευή σε μία εκκλησία στην Κυψέλη ο ιερέας μοιράζει στους πιστούς από μια σοκολάτα υγείας Παυλίδη, και αυτό έχει γίνει έθιμο. Κατά τη διάρκεια της Σαρακοστής σχεδόν όλες οι εταιρίες διαφήμιζαν τα προϊόντα τους τονίζοντας αυτό το στοιχείο.

Ακόμα ο Παυλίδης από το 1908 δήλωνε ότι η σοκολάτα του είναι νηστήσιμη και το 1913 υπάρχει διαφήμιση για το κακάο του. Από την άλλη το πολυκατάστημα MINION προτείνει για πασχαλιάτικα παιχνίδια καλάθια με ελίτσες, καραμέλες και σοκολάτες.

Το Πάσχα σχετίζεται άμεσα και με τα σοκολατένια αυγά. Το 1965 υπάρχει ιδιαίτερη διαφήμιση για την καινοτομία των σοκολατένιων αυγών, τα οποία από το φυσικό μέγεθος ενός αυγού μπορούν να φτάσουν το μέγεθος μιας μπάλας ποδοσφαίρου.



ΓΙΟΡΤΗ ΑΓ. ΒΑΛΕΝΤΙΝΟΥ



Πρόκειται για μια ξενόφερτη γιορτή των τελευταίων χρόνων με συνέπεια να μην υπάρχουν παλαιότερα στοιχεία για την Ελλάδα. Παρόλα αυτά η σοκολάτα έχει καθιερωθεί σαν δώρο ένδειξης αγάπης και έχουν συμμετάσχει ιδιαίτερα οι διαφημιστικές καμπάνιες των εταιριών σε αυτό. Επίσης δε θα έπρεπε να παραληφθεί ότι στις 14 του Φλεβάρη διατίθενται στην αγορά διάφορες ειδικές συσκευασίες αλλά και είδη που τον υπόλοιπο χρόνο δεν παράγονται.

ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Η γιορτή της μητέρας είναι περισσότερο συνυφασμένη με τη σοκολάτα στην Αμερική... Ωστόσο βρέθηκε μια αναφορά του 1959, στην οποία αναφέρεται ότι «παντού συνηθίζεται οι ευχές προς τη Μητέρα να συνοδεύονται από ένα κουτί γλυκά ή σοκολατάκια... ίσως γιατί η Μητέρα είναι το γλυκύτερο πράγμα στον κόσμο».



3.6.3 Διαιτητικές χρήσεις



Όπως έχει ήδη σημειωθεί, η πρώτη αναφορά για αγορά σοκολάτας χρονολογείται το 1834. Εξάλλου τέτοια προϊόντα αγοράζονταν για ειδικά πρόσωπα της οικογένειας (μητέρα του σπιτιού) και μόνο ένα κομμάτι.

Η αμέσως επόμενη αναφορά συναντάται το 1847 και αφορά την κατανάλωση ροφήματος σοκολάτας. Στον κατάλογο του Παυλίδη του 1876 (Γλυκυσματοποιείον), η σοκολάτα χαρακτηρίζεται πολύ θρεπτική και ενδείκνυται ως φάρμακο για άτομα εξαντλημένα, άτομα σε ανάρρωση, άτομα που έχουν χάσει πολύ αίμα, αδύνατες γυναίκες, ηλικιωμένους και καχεκτικούς. Επίσης προτείνεται ως πρόγευμα. Γίνεται επίσης αναφορά σε ευυπόληπτους άνδρες από το εξωτερικό, οι οποίοι κατανάλωναν σοκολάτα για πρόγευμα ή για ζωντάνια στα τελευταία χρόνια της ζωής ή για παράταση της ζωής.

Σε μεγάλη ελληνική εγκυκλοπαίδεια στο αντίστοιχο λήμμα για τη σοκολάτα διαβάζουμε ότι η κατανάλωσή της συνιστάται για τους γέροντες, τους μυϊκώς εργαζόμενους και ως ρόφημα για όσους μένουν σε ψυχρά κλίματα. Το ρόφημα της σοκολάτας θεωρείται επίσης τονωτικό και θρεπτικό. Ακόμη, σε νεότερο εγκυκλοπαιδικό λεξικό αναφέρεται ότι λόγω της υψηλής περιεκτικότητας της σε λίπος και σε σάκχαρα και της υψηλής θερμιδικής αξίας της, η σοκολάτα θα πρέπει να χρησιμοποιείται σε μικρές ποσότητες.

Συγχρόνως λόγω της θεοβρωμίνης που περιέχει κατέχει θέση ευφραντικού και προσδίδει ενέργεια στον οργανισμό. Ειδική επισήμανση γίνεται σε κάποια βιβλία για το βούτυρο του κακάο που θεωρείται είδος πολυτελείας διότι είναι ακριβό. Γι' αυτό το λόγο χρησιμοποιείται μόνο στη ζαχαροπλαστική και στην παρασκευή φαρμάκων και καλλυντικών κρεμών ή αλοιφών.

Τα υπόλοιπα συμπεράσματα όσον αφορά τις διαιτητικές χρήσεις της σοκολάτας προκύπτουν από τις διαφημίσεις που βρέθηκαν κατά περιόδους. Αρχικά η σοκολάτα απευθυνόταν περισσότερο σε ενήλικους.

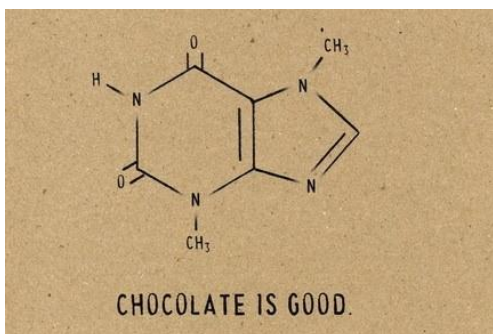
4^η Ενότητα

Όσον αφορά το κακάο,

το μέτρο είναι το κλειδί.

Richard Isaacson, Νευρολόγος

4. Σοκολάτα και υγεία



Σοκολάτα! Πολλοί άνθρωποι όταν ακούνε τη λέξη αυτή τους έρχονται διαφορετικές σκέψεις: βελούδινη υφή, πλούσια γεύση, υπέροχο άρωμα ή περιπτά κιλά, θερμίδες, λίπος...

Όπως όλοι γνωρίζουμε, η σοκολάτα είναι ένα τρόφιμο στο οποίο δύσκολα μπορεί κάποιος να αντισταθεί. Στατιστικές έρευνες έχουν αποδείξει

ότι η σοκολάτα στις μέρες μας αποτελεί το δημοφιλέστερο τρόφιμο στις γυναίκες και το δεύτερο πιο δημοφιλές στους άντρες.

Η σοκολάτα είναι μια απόλαυση με αμφιλεγόμενες επιπτώσεις στον οργανισμό μας. Θα προσπαθήσουμε να αναλύσουμε τις θετικές και τις αρνητικές της επιδράσεις. Το κακάο ή η μαύρη σοκολάτα κάνει καλό στο κυκλοφορικό μας σύστημα. Επίσης κάνει καλό ενάντια στον καρκίνο, στη διέγερση του εγκεφάλου, στην πρόληψη του βήχα και στις κοιλιακές διαταραχές. Επίσης βοηθά στην αύξηση της ικανότητας συγκέντρωσης, στην ενεργητικότητα, και έχει καταπραϋντικές ιδιότητες. Το πρόβλημα με τη σοκολάτα του εμπορίου είναι ότι έχει και κάποιες αρνητικές επιπτώσεις στον οργανισμό μας, επειδή είναι επεξεργασμένη και περιέχει πρόσθετα συστατικά, ζάχαρη και λοιπά, που της αφαιρούν ωφέλιμες ουσίες. Έτσι συμβάλλει δυστυχώς και στο φαινόμενο της παχυσαρκίας. Η μαύρη σοκολάτα λέγεται υγείας, επειδή περιέχει πολύ περισσότερο κακάο και λιγότερα πρόσθετα συστατικά, γεγονός που την κάνει πιο υγιεινή.

Η σοκολάτα ως προϊόν με βάση το κακάο είναι εθιστική. Έτσι, εάν αποκτήσουμε μια γλυκιά σχέση εξάρτησης μαζί της, με δυσκολία θα την απαρνηθούμε. Εφόσον πολλοί άνθρωποι αρέσκονται στη σοκολάτα, καλό θα ήταν να γνωρίζουν τα συστατικά της. Περιέχει πρωτεΐνες, οι οποίες είναι απαραίτητες για το μεταβολισμό των κυττάρων, μέχρι 50 % κορεσμένα λίπη (αυτές είναι οι λιπαρές της ουσίες), βιταμίνη Ε, που είναι μία λιποδιαλυτή βιταμίνη σημαντική για τη δομή των μεμβρανών των κυττάρων, ανόργανα στοιχεία που παίζουν καθοριστικό ρόλο στο μεταβολισμό των οστών και των δοντιών, όπως ασβέστιο, φώσφορο και μαγνήσιο. Περιέχει ακόμα σίδηρο, απαραίτητο για τη σύνθεση της αιμοσφαιρίνης, η οποία μεταφέρει το οξυγόνο μέσα στα ερυθρά αιμοσφαίρια

του αίματος, ένα διεγερτικό για το κεντρικό νευρικό σύστημα που είναι η καφεΐνη, χαλκό, που συμβάλλει στο μεταβολισμό του σιδήρου, βοηθάει στη σύνθεση της μελανίνης στο δέρμα και στα μαλλιά και βοηθάει στη λειτουργία του κεντρικού νευρικού συστήματος.

Ένα ακόμα σημαντικό συστατικό της σοκολάτας είναι οι φυτικές ουσίες με αντιοξειδωτικές ιδιότητες. Γνωρίζουμε ότι το κακάο από το οποίο παρασκευάζεται η σοκολάτα, περιέχει περισσότερες από 600 φυτικές ουσίες, όπως οι πολυφαινόλες, οι οποίες έχουν αντιοξειδωτικές ουσίες, που αναχαιτίζουν τους μηχανισμούς γήρανσης του σώματος. Πρέπει να σημειώσουμε ότι η σοκολάτα σκούρου χρώματος, περιέχει περισσότερες πολυφαινόλες, αφού παρασκευάζεται από περισσότερο κακάο.

Από όλα τα παραπάνω συμπεραίνουμε ότι η σοκολάτα δεν είναι αυτό που πιστεύουμε όλοι. Περιέχει πολλά χρήσιμα και ωφέλιμα συστατικά και δεν έχει μόνο αρνητικές επιπτώσεις στον οργανισμό μας. Δεν είναι σωστό να πούμε ότι τρώγοντας σοκολάτα θα παχύνουμε. Τα πάντα εξαρτώνται από εμάς, διότι αν τρώμε υπερβολικές ποσότητες σοκολάτας θα πάρουμε και περιττό βάρος, καθώς είναι πλούσια σε ενέργεια. Μικρές ποσότητες σοκολάτας περιέχουν πολλές θερμίδες. Αυτό οδηγεί στην αύξηση του σωματικού βάρους και στην παχυσαρκία. Κάτι που δεν περιμέναμε και αποδεικνύεται από μία νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα είναι ότι οι άνθρωποι που καταναλώνουν σοκολάτα μερικές φορές κάθε εβδομάδα, είναι κατά μέσο όρο πιο λεπτοί σε σχέση με όσους τρώνε μόνο κατά περίπτωση. Λέγεται επίσης ότι αν και η σοκολάτα περιέχει πολλές θερμίδες, περιέχει επίσης κάποια συστατικά που διευκολύνουν την απώλεια βάρους, πράγμα που είναι αρκετά περίεργο, αφού γνωρίζουμε ότι τα περισσότερα από τα συστατικά της ευνοούν την παραγωγή πρόσθετων λιπών, δηλαδή το πάχος.

Ένα από τα θετικά στοιχεία της σοκολάτας είναι και η συμβολή της στις καλές αθλητικές επιδόσεις. Οι περισσότεροι αθλητές πριν αρχίσουν να ασκούνται, καταναλώνουν μια μικρή ποσότητα σοκολάτας, η οποία ενισχύει την απόδοσή τους. Αυτό συμβαίνει, γιατί η σοκολάτα λόγω της θεοβρωμίνης, του μαγνησίου και του φωσφόρου, συστατικών που μειώνουν την κόπωση, διώχνει την υπνηλία και σε ανεβάζει ψυχολογικά. Επίσης είναι αγχολυτική, διότι περιέχει μικρές ποσότητες φαινολαιθυλαμίνης, συστατικό που έχει την ικανότητα να καταστέλλει το στρες, να διεγείρει τον εγκέφαλο και να προκαλεί αίσθημα ευφορίας. Έτσι καταφέρνει να πολλαπλασιάζει την αντοχή για δημιουργική εργασία και άσκηση, διώχνοντας το άγχος.

Μπορεί να φαίνεται παράξενο, αλλά η σοκολάτα έχει και θεραπευτικές ιδιότητες. Καλό θα ήταν να τις γνωρίζουμε, επειδή κατά πάσα πιθανότητα θα μας φανούν χρήσιμες. Κάποιες θεραπευτικές ιδιότητες της σοκολάτας έγιναν γνωστές ήδη από την εποχή των Αζτέκων. Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί, έχουν δείξει ότι η σοκολάτα βοηθάει στην πρόληψη της υπέρτασης και τη μείωση καρδιακών νοσημάτων.

Η σοκολάτα συμβάλλει επίσης στην αύξηση των φυσικών οπιοειδών του οργανισμού, που ρυθμίζουν τη διάθεση. Σύμφωνα με έρευνες, αυτοί που καταναλώνουν σοκολάτα, ζουν ένα χρόνο περισσότερο από τους μη καταναλωτές.



Η θεοβρωμίνη ενισχύει τη λειτουργία των νεφρών και τον εγκέφαλο που γερνά. Η κατανάλωση ροφήματος σοκολάτας σε καθημερινή βάση, βοηθάει την υγεία του εγκεφάλου σε ηλικιωμένους. Μια έρευνα πάνω σε αυτό έγινε με βάση 90 ηλικιωμένους που εμφάνιζαν είδη ελαφριά νοητική εξασθένηση και είχαν δυσκολίες με τη μνήμη, τη γλώσσα, τη νόηση ή την κρίση. Σύμφωνα με το πείραμα, οι άνθρωποι αυτοί κατανάλωναν επί 8 εβδομάδες ρόφημα κακάο με διαφορετικές ποσότητες φλαβονοειδών. Όσοι κατανάλωναν υψηλά και μέτρια επίπεδα φλαβονοειδών στο ρόφημα, είχαν καλύτερη επίδοση σε τεστ προσοχής και άλλων νοητικών ικανοτήτων σε σύγκριση με αυτούς που κατανάλωναν χαμηλά επίπεδα φλαβονοειδών.

Επιπλέον η σοκολάτα:

Προλαμβάνει τα εμφράγματα: Σύμφωνα με μελέτη Πανεπιστημίου της Μελβούρνης, που πραγματοποιήθηκε τον Ιούνιο του 2012, επιβεβαιώνονται τα οφέλη της τακτικής κατανάλωσης μαύρης σοκολάτας στην πρόληψη του εμφράγματος. Όπως έχει προαναφερθεί η σοκολάτα είναι πλούσια σε πολυφαινόλες, ισχυρά, φυσικά αντιοξειδωτικά που μειώνουν το στρες και περιορίζουν τους κινδύνους για καρδιαγγειακές νόσους. Η Έλα Ζόμερ υπεύθυνη της συγκεκριμένης μελέτης αναφέρει: «Τα συμπεράσματά μας δείχνουν ότι η σοκολάτα μπορεί να αποτελέσει μια εναλλακτική ή ένα συμπλήρωμα στη φαρμακευτική αγωγή σε ανθρώπους με αυξημένο κίνδυνο για καρδιαγγειακή νόσο. Σίγουρα δεν προτείνουμε στους ανθρώπους αυτούς μόνο τη σοκολάτα, αλλά σε συνδυασμό με άλλες μεθόδους, όπως την άσκηση». Λίγη σοκολάτα την ημέρα το έμφραγμα το κάνει πέρα, λοιπόν.

Είναι αντιγηραντική: Η μαύρη σοκολάτα έχει αντιοξειδωτικά που καταστέλλουν τη βλαβερή δράση των ελεύθερων ριζών.

Είναι αντικαρκινική: Σύμφωνα με το πόρισμα έρευνας του Πανεπιστημίου της Georgetown η ουσία του κακάο προκυανιδίνη αναστέλλει τον πολλαπλασιασμό των καρκινικών κυττάρων του μαστού.

Έχει αντιβηχική δράση : Αποτέλεσμα έρευνας του Imperial College του Λονδίνου έδειξε ότι η θεοβρωμίνη είναι κατά 30% αποτελεσματικότερη εναντίον του επίμονου βήχα ακόμη και από ισχυρά φάρμακα, και μάλιστα χωρίς παρενέργειες.

Χαρίζει μακροζωία : Σε έρευνα, η οποία βρίσκεται ακόμα σε εξέλιξη, φαίνονται ότι οι καταναλωτές σοκολάτας ζουν ένα χρόνο περισσότερο από τους μη καταναλωτές, χάρη στα αντιοξειδωτικά και τις πολυφαινόλες που περιέχονται στη σοκολάτα.

Δεν προκαλεί εθισμό : Έρευνα που έγινε στην Νέα Υόρκη έδειξε ότι η μαύρη σοκολάτα δεν δημιουργεί εθισμό ως προς την κατανάλωσή της.

Ωφελεί τους διαβητικούς : Έρευνα που έγινε στο Πανεπιστήμιο Hull διαπίστωσε ότι το επίπεδο της ολικής χοληστερόλης έπεσε σε ένα μικρό αριθμό διαβητικών, στους οποίους είχαν δοθεί μπάρες μαύρης σοκολάτας επί 16 εβδομάδες, ενώ η «καλή» χοληστερόλη τους παράλληλα αυξήθηκε.

Μειώνει τη χοληστερίνη: Σύμφωνα με έρευνα του Πανεπιστημίου της Βοστώνης η μαύρη σοκολάτα μειώνει την κακή χοληστερόλη, βελτιώνει την κατάσταση των αγγείων, ενώ παράλληλα αυξάνει την ευαισθησία στην ινσουλίνη των κυττάρων.

Το συμπέρασμα που μπορούμε να βγάλουμε από όλα αυτά είναι ότι η σοκολάτα όχι μόνο δε βλάπτει τον οργανισμό μας στο βαθμό που πιστεύαμε, αλλά αντιθέτως προάγει την υγεία μας! Η μέτρια κατανάλωση σοκολάτας καλής ποιότητας ωφελεί τον οργανισμό. Το κάλιο, το ασβέστιο, και το μαγνήσιο της σοκολάτας μειώνουν την αρτηριακή πίεση και συμβάλλουν στην πρόληψη της υπέρτασης. Ειδικά το μαγνήσιο, όταν βρίσκεται σε χαμηλά επίπεδα στο αίμα, αυξάνει τους πόνους πριν από την έναρξη της περιόδου. Γι' αυτό και έχει παρατηρηθεί ότι στις περισσότερες γυναίκες αυξάνεται η επιθυμία για σοκολάτα κοντά σε αυτή την περίοδο του μήνα.

Κάτι που ίσως να μην γνωρίζαμε μέχρι τώρα είναι ότι η σοκολάτα επηρεάζει όχι μόνο τη σωματική, αλλά και την ψυχική μας υγεία. Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι με την κατανάλωση σοκολάτας ενεργοποιείται συγκεκριμένη περιοχή του εγκεφάλου και εκκρίνονται χημικές ουσίες ίδιες με αυτές που απελευθερώνονται όταν βρισκόμαστε σε κατάσταση ψυχικής ευφορίας και ικανοποίησης. Αυτό οφείλεται στην ύπαρξη φαινολαιθυλαμίνης, συστατικού που καταστέλλει το στρες και διεγείρει τον εγκέφαλο προκαλώντας αίσθημα ευεξίας. Έτσι πετυχαίνει να αναζωογονεί το κουρασμένο μυαλό, ενώ πολλαπλασιάζει την αντοχή για δημιουργική εργασία και άσκηση, διώχνοντας το άγχος. Επίσης το λύσιμο αριθμητικών προβλημάτων γίνεται ευκολότερο, όταν κάποιος πίνει μεγάλες ποσότητες ροφήματος σοκολάτας που περιέχει φλαβονόλες, που

αποτελούν ισχυρές αντιοξειδωτικές ουσίες και κάνουν καλό στον εγκέφαλο. Επιπλέον η κατανάλωση πολλής σοκολάτας βοηθά κάποιον να μην κουράζεται εύκολα, ιδίως νοητικά, μία ιδιότητα πολύ χρήσιμη για όσους μαθητές ή φοιτητές διαβάζουν για εξετάσεις.

Ένα άλλο ερώτημα που τίθεται συχνά, είναι το γιατί μερικοί άνθρωποι παθαίνουν



κρίσεις πανικού μετά την κατανάλωση σοκολάτας. Η αιτία είναι ότι όλοι οι άνθρωποι δεν έχουν τα γονίδια που τους επιτρέπουν να μεταβολίζουν ουσίες σχετικές με την καφεΐνη. Όταν κάποιος δεν μπορεί να μεταβολίσει την καφεΐνη, είναι αρκετά πιθανό να συμβαίνει το ίδιο και με τη θεοβρωμίνη, καθώς πρόκειται για συγγενείς χημικές ουσίες. Εκδηλώνεται κάτι

σαν αλλεργία, το οποίο μπορεί να είναι και μια κρίση πανικού. Αυτό που θα συμβεί θα είναι ακριβώς η ίδια αντίδραση, όπως και αν κάποιος είχε καταναλώσει χάπια καφεΐνης. Η ταραχή είναι το πρώτο σύμπτωμα. Αργότερα μπορεί να εμφανιστεί ταχυπαλμία και μία αίσθηση πανικού και τρέμουλου, δυσκολία στην αναπνοή και άγχος. Τα άτομα που δεν μπορούν να μεταβολίσουν τη σοκολάτα υπάρχει πιθανότητα να φτάσουν μέχρι την έντονη αρρυθμία.

Η επιστημονική ομάδα του Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν με επικεφαλής την Δρ. Αλεξάνδρα Ντι Φελιτσιαντόνιο υποστηρίζει ότι, σύμφωνα με πείραμα που έγινε τον Νοέμβριο του 2012, η διέγερση συγκεκριμένης περιοχής του εγκεφάλου με χημικές ουσίες που μοιάζουν με τα οπιοειδή, έκανε τα πειραματόζωα να μην μπορούν να αντισταθούν στην σοκολάτα. Ο εγκέφαλος παράγει τα δικά του οπιοειδή, χημικές ουσίες που μοιάζουν με το όπιο. Μία εξ αυτών, η εγκεφαλίνη, έκανε τους πεινασμένους αρουραίους να «ορμίσουν» σε σοκολατένιες καραμέλες γρηγορότερα. Όταν οι επιστήμονες χορήγησαν στα πειραματόζωα μια τεράστια δόση εγκεφαλίνης στην περιοχή του νεοραβδωτού σώματος, οι αρουραίοι μετατράπηκαν σε «μασητικές μηχανές», καταναλώνοντας ποσότητα που αντιστοιχούσε σε ένα άτομο βάρους 68 κιλών. «Η χορήγηση της εγκεφαλίνης τα έκανε να τρώνε τεράστιες ποσότητες τροφής» εξηγεί η Δρ Ντι Φελιτσιαντόνιο.

Τέλος θα θέλαμε να αναφερθούμε στη σχέση σοκολάτας και ακμής. Όλοι μας γνωρίζουμε πάνω κάτω ότι η σοκολάτα φουντώνει την ακμή και τα σπυράκια. Η αλήθεια όμως δεν είναι έτσι ακριβώς. Έρευνες έδειξαν ότι δεν είναι υπεύθυνη η ίδια η σοκολάτα για την ακμή και τα σπυράκια. Υπεύθυνες είναι κάποιες επιπρόσθετες ουσίες που περιέχονται σε αυτήν, όπως η ζάχαρη, το σιρόπι καλαμποκιού, και άλλοι υδατάνθρακες. Η σοκολάτα δηλαδή ακατέργαστη, δε επιβαρύνει την ακμή και τα σπυράκια, αλλά κάποια

από τα «αναγκαία» επιπρόσθετα συστατικά που προστίθενται σε αυτήν, για να γίνει πιο γευστική και απολαυστική.

Μετά από την έρευνά μας και τις πληροφορίες που συγκεντρώσαμε σχετικά με τη σοκολάτα, διαπιστώνουμε ότι τα περισσότερα που ακούγονται γύρω από αυτή είναι μύθοι. Θα θέλαμε λοιπόν να τονίσουμε ότι τα οφέλη μας από τα θρεπτικά συστατικά της σοκολάτας είναι περισσότερα από τις πιθανές αρνητικές επιπτώσεις που θα μπορούσε να έχει η κατανάλωσή της στον οργανισμό μας.

Επίλογος

Η σοκολάτα αποτελεί αναμφισβήτητα αγαπημένη απόλαυση των περισσότερων ανθρώπων, και κυρίως παιδιών και νέων.

Μέσα από την εργασία μας ανακαλύψαμε την ιστορία της, γνωρίσαμε τη διαδικασία παραγωγής της και τα είδη της, τη συναντήσαμε σε μουσεία και φεστιβάλ ανά τον κόσμο. Μάθαμε επίσης πώς έφτασε στην Ελλάδα, ποιες είναι οι γνωστότερες και πιο αγαπημένες σοκολάτες στη χώρα μας και σε ποιες περιστάσεις τις καταναλώνουμε περισσότερο. Τέλος καταρρίψαμε κάποιους μύθους σχετικά με την επίδρασή της στην ψυχική και σωματική μας υγεία.

Ελπίζουμε να απολαύσατε το ταξίδι στην αγαπημένη μας λιχουδιά όσο κι εμείς.

Και μην ξεχνάτε: Όποιο είδος σοκολάτας κι αν προτιμάτε, πικρή, γάλακτος, λευκή ή άλλη, πειραματιστείτε με τις συνταγές που σας προτείναμε. Σίγουρα θα σας εντυπωσιάσουν.

Καλή σας απόλαυση!

Πηγές

http://apenantioxthi.blogspot.gr/2011/11/blog-post_19.html

<http://dpsd-comm-theory.wikispaces.com/Lacta>

<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9D%CE%B5%CF%83%CF%84%CE%BB%CE%AD>

<http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CE%BF%CE%BA%CE%BF%CE%BB%CE%AC%CF%84%CE%B1>

<http://estia.hua.gr:8080/dspace/bitstream/123456789/664/1/dhmfriadou.pdf>

<http://nio.pblogs.gr/176390.html>

http://oxigon.blogspot.gr/2012/09/blog-post_6976.html

<http://psi-gr.tripod.com/>

<http://sgtogias.tripod.com/articles/cacao.html>

http://www.atcare.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=398:2011-12-07-11-57-13&catid=37:2008-12-19-07-39-35&Itemid=137

<http://www.barretti.com/el/peri-sokolatas/istoria>

http://www.greekmasa.gr/index.php?option=com_bridge&brid=106&Itemid=0&topic=556.0

<http://www.ion.gr/>

http://www.medlook.net/article.asp?item_id=1101

<http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=Blog&file=page&op=viewPost&pid=25530>

<http://www.sokolata.net>

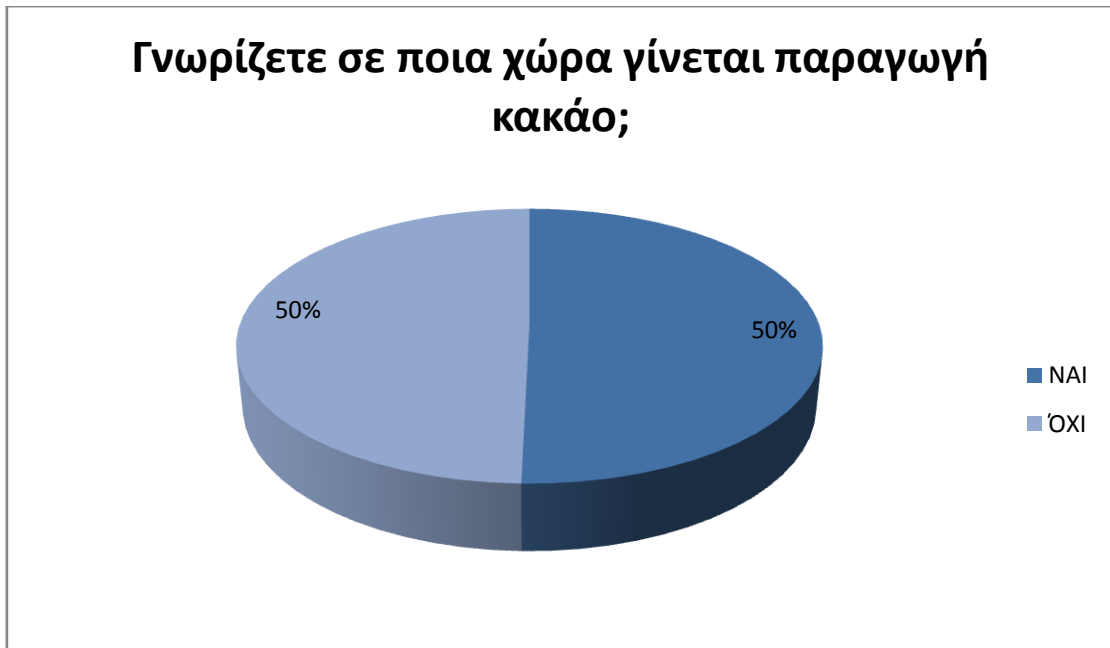
<http://www.solon.org.gr/index.php/2008-07-15-19-13-34/43--yg-/206-2008-07-21-07-03-56.html>

<http://www.vita.gr/diatrofi/eating-healthy/article/4660/sokolata-trofh-twn-thewn/>

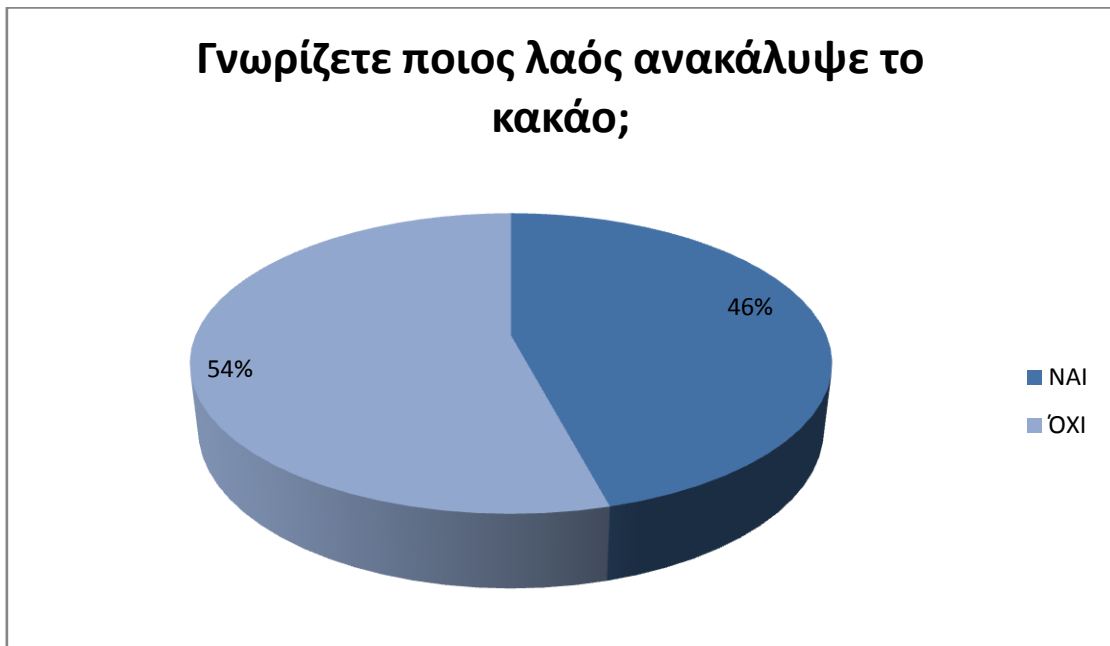
<http://www.youtube.com/watch?v=7Vfbv6hNeng>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

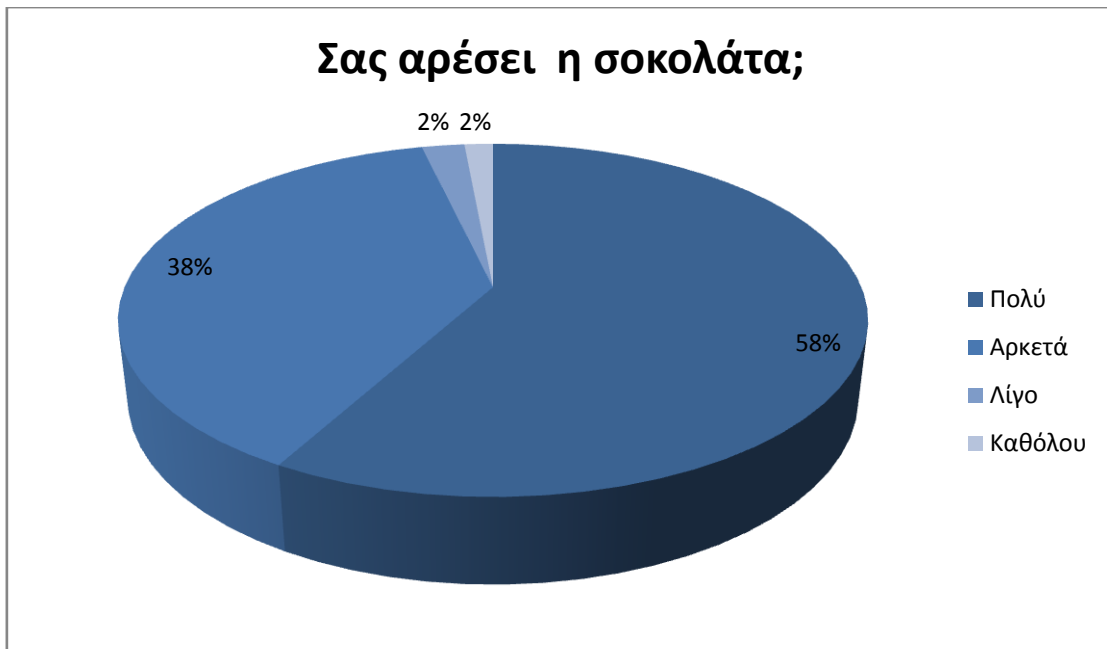
Αποτελέσματα ερωτηματολογίου



Όπως φαίνεται στο παραπάνω διάγραμμα το 50% των ερωτηθέντων απάντησε θετικά στην ερώτηση.



Οι περισσότεροι από τους ερωτηθέντες δε γνώριζαν την καταγωγή του κακάο.

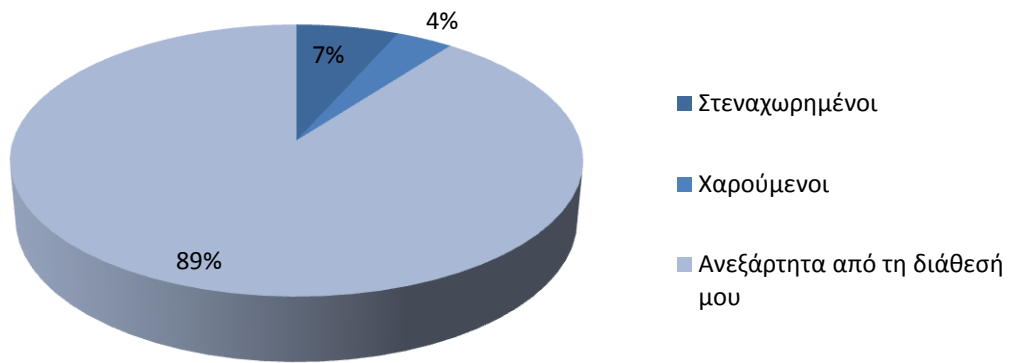


Στο 58% αρέσει πολύ η σοκολάτα, αρκετά αρέσει στο 39%, σε ελάχιστους αρέσει λίγο, ενώ μόνο στο 1% δεν αρέσει καθόλου.



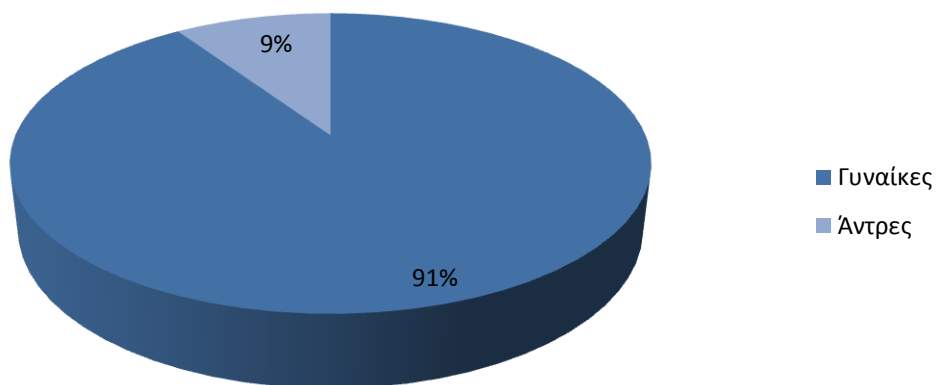
Όπως φαίνεται, στους περισσότερους αρέσει η σοκολάτα γάλακτος, η σοκολάτα αμυγδάλου αρέσει μόνο στο 23%, γεγονός που μας ξάφνιασε. Όπως ήταν αναμενόμενο, σε ελάχιστους αρέσουν η σοκολάτα υγείας και η λευκή.

Σε ποιες περιπτώσεις τρώτε σοκολάτα;



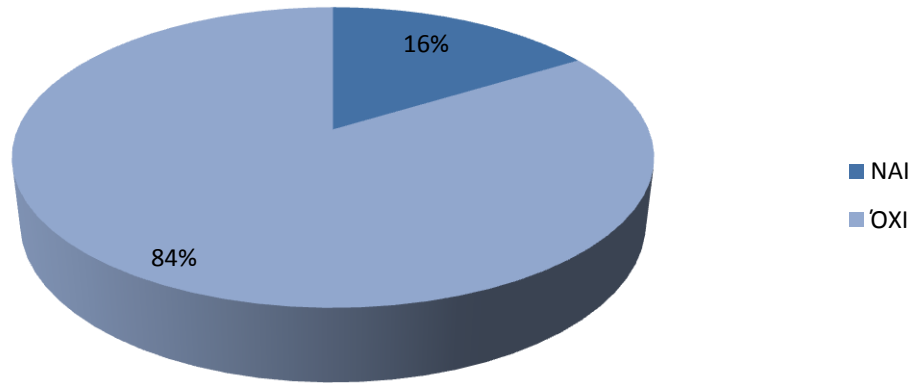
Όπως ήταν αναμενόμενο, το 89% από τους ερωτηθέντες απάντησε ότι τρώει σοκολάτα ανεξάρτητα από την διάθεσή του, ενώ μικρό ποσοστό απάντησε ότι τρώει σοκολάτα όταν βρίσκεται σε κακή διάθεση και ελάχιστοι είναι αυτοί που τρώνε σοκολάτα μόνο όταν είναι χαρούμενοι.

Ποιοι πιστεύετε ότι τρώνε περισσότερο σοκολάτα;



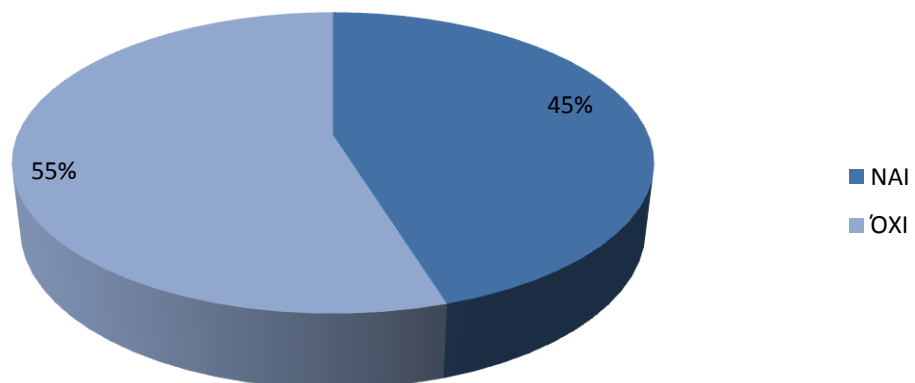
Είναι εμφανές ότι οι περισσότεροι πιστεύουν πως οι γυναίκες τρώνε περισσότερο σοκολάτα σε σχέση με τους άντρες.

Γνωρίζετε κάτι σχετικά με το δίκαιο εμπόριο;



Σε αυτή την ερώτηση ελάχιστοι απάντησαν θετικά, μόνο το 16%.

Γνωρίζετε πώς γίνεται η επεξεργασία του κακάο;



Σε αυτή την ερώτηση μικρή ήταν η διαφορά ανάμεσα στο ΝΑΙ και στο ΟΧΙ, αλλά πάλι περισσότερες ήταν οι αρνητικές απαντήσεις.