

Вкуснейшее лекарство – ШОКОЛАД

Подумать только – на планете
Известно множество чудес,
Но в мыслях каждого ребенка
Свое простое Чудо есть.

Не корабли и самолеты,
Не куклы с ворохом помад,
А разный, всеми столь любимый
Непревзойденный шоколад!

И кто придумал эту сказку,
Что нежно тает на губах,
Бывает горьким или сладким –
Все дело в собранных бобах.



А какова текстура – льется
Река какао с молоком,
Соединясь с изюмом, джемом,
Орехом, медом и нугой!

Смакуешь каждое мгновенье,
Когда, восторгом упоен,
Хрустишь фольгой любимой плитки
И открываешь – это он!

Помимо вкуса – море счастья,
Где каждый миг друг другу рад.
Вот так – на доброй сладкой ноте
Живет волшебник-шоколад.

Вкуснейшее лекарство – ШОКОЛАД



Радость, любовь, здоровье, красота – все это шоколад! Однако важно уметь отличать настоящий шоколад от некачественной имитации. В противном случае никакой пользы от его поедания вы не извлечёте!

Дело в том, что в России и многих других странах шоколад разрешено производить не только по нормам ТСОМ, но по ТУ (техническим условиям).

Разница в том, что по ТСОМу шоколад должен производиться только на 100% какао-масле, а вот нормы ТУ допускают добавление в шоколад существенного процента растительных жиров-эквивалентов какао-масла, что позволяет удешевить себестоимость продукции.

Шоколад на 100% какао-масле имеет твердую ломкую структуру при комнатной температуре, но быстро тает во рту. Если шоколад оставляет после себя так называемое "салистое послевкусие", то это ненастоящий шоколад, в его составе содержится не 100% какао-масла.

Чего же ожидать от настоящего шоколада?

Радость

Так, к примеру, известно, что какао-масло, содержащееся в настоящем шоколаде, попадая в организм человека, освобождает гормон эндорфин, дающий чувство наслаждения, и вещество фенилэтан, относящееся к психостимулирующим средствам. Благодаря этому



Вкуснейшее лекарство – ШОКОЛАД



человек способен испытывать ощущение счастья.

Недавние исследования американских ученых почти шокируют: удовольствие от шоколада не уступает тому физиологическому удовольствию, которое влюбленные испытывают во время поцелуя.

Любовь

Также шоколаду приписывают свойства природного афродизиака. Ученые объясняют это влиянием двух химических веществ, содержащихся в шоколаде.

Первое – триптофан, участвующий в процессе сексуального возбуждения человека. Второе – фенилэтиламин, вещество, которое вырабатывается организмом во время влюбленности.

Красота

За 5 дней шоколадной диеты можно избавиться от 3 до 6 килограммов. Правда, несмотря на ее привлекательность, она потребует от вас серьезной силы воли.



В течение дня рекомендуется съесть 80-100 грамм горького шоколада, заливая чашкой черного кофе без сахара. Шоколад должен содержать от 60 до 80% какао-продуктов – например, как шоколад "Туркий Элитный 72%".



Несложно догадаться, что после шоколада кушать совсем не хочется, а кофе положительно влияет на обмен веществ.

Вкуснейшее лекарство – ШОКОЛАД



Здоровье



Как известно, шоколад не только вкусный продукт, но и очень полезный для здоровья. И чем вкуснее, тем полезнее. В его состав входят различные натуральные добавки и ароматизаторы, которые обладают собственными лечебными свойствами.

Содержащийся в какао-бобах магний улучшает память, повышает устойчивость к стрессам – укрепляет нервную систему и иммунитет. 40% черного шоколада в день укрепляют сосуды сердца и нормализуют артериальное давление. Флавоноиды какао-бобов снижают уровень холестерина – это настоящая профилактика атеросклероза!

Шоколад содержит: витамины – В2, В1, РР, микроэлементы – железо, магний, калий, кальций, натрий.

Медики рекомендуют потреблять шоколад для профилактики простуды и весенней усталости. А если простуда все же настала, рассосите кусочек за кусочком полилитки черного шоколада – кашель и боль в горле пройдут.

В отличие от других сладких лакомств, именно шоколад наименее опасен: какао препятствует разрушению зубной эмали. Особенно сильны антибактериальные свойства оболочки какао-бобов, которую в процессе и приготовления шоколада удаляют. Японские исследователи полагают, что экстракт, приготовленный из оболочек какао-бобов, следует добавлять в зубную пасту и в средства для полоскания рта. Конечно, шоколад не заменит чистку зубов, но, стоматологи считают, что шоколад менее вреден, чем, скажем, карамель.

Вкуснейшее лекарство — ШОКОЛАД



Это интересно.



11 июля - Всемирный день шоколада (англ. World Chocolate Day), праздник отмечаемый ежегодно. Родиной всемирного дня шоколада считается Франция. Именно французы в 1995 году положили начало этому празднику. Этот молодой праздник довольно быстро обрёл популярность и помимо Франции широко отмечается в Германии, Италии, Швейцарии и других странах как внутри Европейского союза и за его пределами. Так, в крупных городах Российской Федерации 11 июля также проходят праздничные мероприятия, конкурсы и фестивали с шоколадной тематикой.

Ежегодно с одного дерева какао собирают около 30 плодов, что равняется 3 кг зерен. Но из этого количества можно изготовить не более 1-2 плиток шоколада по 200г. каждая. Таким образом, 4 шоколадные плитки - это целый год жизни дерева какао!

Шоколадными конфетами вправе называться лишь те конфеты, корпус которых состоит из настоящего шоколада (т.е. он должен содержать какао-масло). Такие конфеты могут иметь самые различные начинки, но все же главное в них - шоколад.

Французы в качестве основы для конфет используют сыр Рокфор, а жители некоторых стран Азии покрывают шоколадной глазурью насекомых.

Отечественный кондитерский комбинат "Азарт" начал производство шоколадных конфет с настойкой женьшеня, экстрактом родиолы розовой и тертыми семенами винограда.