La Magia del Chocolate

Beneficios del Chocolate

* Previene infartos
* Controla la presión arterial
* Reduce el riesgo de diabetes
* Ayuda a controlar el peso
* Disminuye el riesgo de alzhéimer
* Fuente de vitaminas hierro, cobre, calcio, zinc, cromo, E, B1, B2.
* Contiene triptófano que es un antioxidante que favorece la producción de serotonina que es un neurotransmisor que nos produce felicidad.

Tipos de Chocolate

El chocolate se obtiene mezclando azúcar con 2 productos derivado de la manipulación de las semillas del Cacao: la pasta de Cacao y la manteca de Cacao. A partir de esta combinación básica se elaboran los distintos tipos de chocolate. A continuación algunos de ellos:

* Chocolate negro: debe contener como mínimo un 43% de Cacao. Cuanto mayor es el contenido de Cacao, más amargo resulta su sabor, y menor es el porcentaje de azucares y grasas.
* Chocolate con leche: Es el tipo de Chocolate a lo que los característicos ingredientes de este producto, se les ha añadido leche.
* Chocolate blanco: Se trata de un producto elaborado con manteca de Cacao, azúcar y materias solidas de la leche.
* Chocolate con frutas, frutos secos o cereales: Es el que se le ha agregado entre un 8% y un 40% de frutos secos o cereales. 5% y 40% de frutas enteras, o troceadas, desecadas o confitadas.

Curiosidades

* El día del año en el que más se consume Chocolate es el 14 de Febrero, día de San Valentín.
* El Chocolate con leche es la primera variedad preferida alrededor del 80% de la población mundial.
* El Chocolate se derrite a 34°, justo la temperatura de nuestro cuerpo, por eso se derrite en nuestra boca.

Usos del Chocolate

El Chocolate se utiliza en:

* Glaseados
* Dulces
* Ingredientes