

Möchte man seine Liebe oder Dankbarkeit zum Ausdruck bringen, ist Schokolade das Geschenk erster Wahl. Sie steht für Freude, Genuss, Sinnlichkeit und Liebe. Schokolade öffnet nicht nur das Herz, es ist die Nummer Eins bezüglich Nahrung für das Herz!

„SPEISE DER GÖTTER“ - Theobroma - der Cacaobaum



Herkunft und Geschichte

Vor mehr als 200 Jahren gab ihr der Begründer der modernen Botanik, Carl von Linné, den botanischen Namen «Theobroma cacao», was sich mit «Götterspeise» übersetzen lässt. Und das wohl zurecht, wurde doch Schokolade von jeher mit himmlischen Genüssen verbunden. Schokolade wirkt stimulierend, beeinflusst Herz und Kreislauf günstig, löst Lust- und Glücksempfindungen aus. Manche sprechen ihr auch aphrodisierende Wirkung zu.

Die Entdeckung des braunen Goldes

1502 kam Christoph Kolumbus auf seiner vierten Reise als erster Europäer mit Cacao in Kontakt. Er interessierte sich aber nicht weiter dafür. Hernando Cortez, der Eroberer Mexicos, fand den Cacao vor allem wegen seiner stimulierenden Wirkung interessant: «**Ein Becher hält einen Soldaten einen ganzen Tag frisch**». 1528 brachte er die Cacaobohne nach Spanien.

Vom elitären Luxusgut zum Massenprodukt

Prinzessin Anna heiratet Louis VIII und brachte die Trinksitte von Spanien an den Französischen Hof. Damit begann der unaufhaltsame Aufstieg zum beliebten Modegetränk in Europas Adelshäusern. Mit Beginn der Industrialisierung verlor Trinkschokolade an Bedeutung, dafür wurde Schokolade in fester Form immer beliebter. Im 19. Jahrhundert schrieben Schweizer, mit der Erfindung des Conchier Verfahrens und der Milkschokolade, Geschichte. Heute hat sich die Nachfrage vervielfacht, globalisiert und wird mit uniformen Massenprodukten ohne Identität abgedeckt. Doch der echte Choco-Liebhaber sucht Authentizität, die ursprüngliche, unverfälschte Schokoladenqualität. Quelle: Max Felchlin AG, Schwyz <http://www.nobile-cioccolato.ch>

Im Prinzip könnte Kakao ein ideales Grundnahrungsmittel sein

Die Früchte, orangegelb bis karmesinrot, ähneln in ihrer Form spitzen Kürbissen. Ihre getrockneten, gemahlene und gerösteten Samen nascht die Menschheit schon seit mehr als 3000 Jahren.



Sie tragen allerlei in sich: rund 400 Aromen, darunter Karamell, Malz und Vanille, haben Biologen in der Kakaobohne lokalisiert; wie viele es genau sind, weiß niemand. Kakao enthält doppelt so viele blutdrucksenkende Polyphenole - aromatische Verbindungen - wie Rotwein und vier mal so viele wie grüner Tee, dazu den anregenden, Husten lindernden Wirkstoff Theobromin. Im Prinzip könnte Kakao ein ideales Grundnahrungsmittel sein wäre es nur nicht so schwierig, ihn zu gewinnen. **Denn Theobroma cacao gedeiht ausschließlich in einem schmalen, schwülwarmen Streifen um den Äquator.** (Geo)



Die wunderbare Kakaobohne

Eine unglaubliche Wahrheit, Kakaobohnen sind gesund!

Die Kakaobohne kann ihre enorme gesundheitliche Wirkung



Jede Kakaofrucht enthält etwa 45- 60 kostbare Bohnen, die von einer weissen, fruchtigen Hülle umgeben sind.

nur in roher Form voll entfalten, d.h. wenn sie nicht über 42° erhitzt ist. Beim marktüblichen Kakaopulver ist das nicht der Fall. Dieser ist in der Regel auf über 130° erhitzt. Damit sind viele der wertvollen Inhaltsstoffe zerstört.

Das Hinzufügen von Zucker und Milch zerstört zusätzlich die positive und heilenden Wirkung der rohen Kakaobohne, denn Studien haben ergeben, dass Milch die Aufnahme der wertvollen Kakao-Antioxidanten blockiert. Und dabei hat kein anderes Lebensmittel der Welt so viele Antioxidanten wie Kakao (30x mehr als grüner Tee)! (Quelle: Nature 2003 Dec 18; 426(6968):788)

Die Kakaobohne – Lebensquelle Nr. 1

Die Kakaobohne ist das hochwertigste, vitalstoffreichste und komplexeste Nahrungsmittel, das der Mensch je entdeckt hat! **Quelle Nr. 1 an Magnesium, Eisen und Chromium - wirkt positiv aufs Blutbild und den Knochenbau; reguliert das Zellwachstum und verfügt über eine heilende Wirkung.** Als natürliches Aphrodisiakum enthält es gleich mehrere Inhaltsstoffe, die positive euphorisierende Gefühle auslösen:

Tryptophan, welches der Körper in Serotonin (ein anti-stress Neurotransmitter) umwandelt ein extrem hoher Anteil an PEA (Phenylethylamin = sorgt für Entspannung) und **hebt den Gemütszustand.**

Die Ureinwohner Südamerikas nutzen die rohe Kakaobohne noch heute **gegen Depressionen**, indem bei Bedarf **jeden Morgen 5 Bohnen roh verzehrt werden.**

Anamide wirken stimmungsaufhellend, **Arginin** ist das *Viagra der Natur*

Magnesium, das Mineral für Herz und Kreislauf, steigert die Energie regt die Dopamin-Produktion (Neurotransmitter) an, was für ein gutes Wohlbefinden sorgt und die Sensibilität und Konzentrationsfähigkeit steigert .

(vgl.Lt. dem eBook "SuperFoodDiet" von Amerikas bekanntesten Rohkost-Befürworter, David Wolfe) .

Appetitzügler - und hilft bei Karies!

Was ebenso nahezu unbekannt ist: rohe Schokolade zügelt den Appetit! Weiterhin behindern sekundäre Pflanzenstoffe (Phenole) das Wachstum von säure-produzierenden Kariesbakterien und unterbinden die Bildung von Plaques am Zahn.

(Quellen: Informationskreis Mundhygiene und Ernährungsverhalten in Solingen; Studien der Universitäten Iowa und Göteborg). (Andreas Vollmert: Rohe Schokolade).



Aroma- und Edelcacaos Ecuador

Ursprung der »Waldschokolade«: die Region am Río Napo - Misahualli

Mit der Verbreitung des Kakaokonsums in Europa nahm auch der Kakaoanbau in den europäischen Kolonien zu. **Im 17. Jahrhundert wurde so auch Ecuador zu einem der Hauptproduktionsgebiete. Der hochwertige Kakao Ecuadors ist weltbekannt.** Er zählt zu den wichtigsten Exportgütern des südamerikanischen Landes und dient rund 100'000 einheimischen Familien als Lebensgrundlage. Im Amazonastiefland und an der Küste wachsen spezielle Sorten von einzigartigem Geschmack und Aroma. Dieser Kakao nimmt eine Sonderstellung auf dem Weltmarkt ein und wird als "Nacional" oder "Arriba" bezeichnet.

Zwei Kilogramm reinen Kakao konsumiert ein Europäer im Schnitt im Jahr, auf neun Kilogramm Schokolade bringt es der Durchschnittsdeutsche; hochgerechnet heißt das: ein Milliardengeschäft. Betrieben wird es von Unternehmens - Giganten wie dem US-amerikanischen Cargill, dem schweizerischen Nestlé oder dem belgisch-französischen Barry Callebaut, dessen Schokolade jeder schmeckt, der in ein „Magnum“-Eis, in „Barilla“-Gebäck und „Kellogg's“-Schokoladenkekse beißt.
(www.geo.de/GEO/natur/oekologie/regenwaldverein/nachrichten/zurueck-zum-urgeschmack-68132.html)

Cacao Nacional - schwarze Köstlichkeit aus dem Regenwald Ecuadors unterstützt die Produktion von edlem Aromakakao im Río Napo- Misahualli

Die Heimat des Kakaos ist das Unterholz der Regenwälder, denn zum Gedeihen braucht die „Speise der Götter“ tropisch-feuchtes Klima und den Schatten

Hoher Nachbarbäume. Unter dem Schirm des Regenwaldes entfaltet die Kakaofrucht das beste Aroma. „Cacao Nacional“, manchmal auch unter der Bezeichnung "Arriba" gehandelt, **wächst nur in Ecuador und zählt zu den edelsten Aromakakaos der Welt.** Er hat sich dort eigenständig entwickelt und vielfältige Aroma-Merkmale hervorgebracht. Die Schweizer Firma Max Felchlin AG, die ausschließlich Edelkakaos aus den besten Anbaugebieten der Welt verarbeitet, ist fester Abnehmer für den Kakao von **Río Napo- Misahualli**. „Sorgfältig werden die erlesenen Bohnen geröstet, gemahlen und die Masse über zwei Tage in der „Conche“ veredelt. So entsteht ein unverkennbarer Schmelz, den die professionellen Verkoster der Firma so beschreiben: "Intensives Kakao-Aroma, begleitet von der Fruchtigkeit sonnengereifter Pflaumen. Kaffee und Vanille kommen hinzu, und im langen Abgang klingt eine feine Pfeffernote an". ("GEO schützt den Regenwald e.V.")



In Bananenblätter eingewickelt werden die Kakaobohnen fermentiert und danach getrocknet; erst jetzt bildet sich das typische Kakaoaroma.



Misahualli im Osten Ecuadors am Rande des Amazonasbeckens

Ein seltener Kakao, der als einer der besten Rohstoffe für Schokolade gilt und als Nischenprodukt gehandelt wird. Die Kakaopflanze wird seit Generationen von den Kichwa-Indianern in biodiversen Waldgebieten entlang des Rio Napo angebaut.

Cacao Nacional ist sehr beliebt. Die hochwertige Kakaopflanze, die auch „Arriba“ genannt wird, ist heikel, was Boden und Klima betrifft; anspruchsvoll, was Pflege und Schutz angeht.



Zusammenfassung

Die Kakaofrucht galt bei den Ureinwohnern Südamerikas als die "Frucht der Götter" und wurde den spanischen Entdeckern als Zeichen der Freundschaft überreicht. Bei uns hat der Kakao in den letzten Jahrhunderten einen erstaunlichen Wandel als Süßware durchlebt. Zuerst nur für den Adel bestimmt, wurde die Schokolade ab 1950 zum Massenprodukt für alle Bevölkerungsschichten. Erst in den letzten Jahren entdeckten die Hersteller den ursprünglicheren und reinen Geschmack der Kakaobohne wieder für sich.

Wie vor Hunderten von Jahren wird er von Hand geerntet, in Erdlöchern oder Holzkisten fermentiert und auf dem Rücken von Maultieren, in Kanus oder auf den Ladeflächen von Pickups zum lokalen Markt gebracht.



Handelsübliche Schokoladen sind also das Produkt einer kuriosen Koalition aus Kleinbauern und Großkonzernen.

Die Heimat des Kakao ist ein Winkel der globalen Ökonomie, an dem Wettbewerbsdruck, Effizienzstreben und industrielles Denken vorbeigezogen sind. Der Kakaohandel allerdings verläuft nach den modernen Gesetzen des Marktes.



Der Kakaoanteil in Schokoladen stieg, bei gleichzeitiger Reduzierung von Milch und Zuckeranteilen. Heute ist das Angebot an hochwertigen Schokoladen größer als je zuvor und der Weltbedarf an Kakao wächst überproportional an.

Fotos + Redaktion Renan Acosta, Chocafec

