



VEŠČINA:

ČOKOLADA

IME in PRIIMEK stezosledca/stezosledke:
VEŠČINA opravljena:
NAŠITEK podeljen:

ZAHTEV

	DATUM	OCENJEVALEC
Zna opisati proces nastanka čokolade iz kakavovih zrn.		
Našteje šest zdravstvenih koristi čokolade.		
Zna pojasniti razlike med mlečno čokolado, čokoladno ploščico, temno čokoladno, belo čokolado in rožičem.		
Zna naštetih deset načinov uporabe čokolade v receptih.		
Zna pojasniti, kako pravilno shranjujemo čokolado.		
Zna pojasniti, kako na čokolado vplivajo različne temperature.		
Naredil/-a je dve sladici iz čokolade ali ki vsebujejo čokolado.		
Pokazal/-a je pravi postopek topljenja čokolade.		
Zna pojasniti svetopisemsko vrstico Sod 14,18.		

POMOČ PRI UČENJU:

https://youth.adventistchurch.org.uk/uploaded_assets/208649

VPRAŠANJA IN NALOGE

1. Opiši proces nastanka čokolade iz kakavovih zrn.

2. Naštej šest zdravstvenih koristi čokolade.

3. Pojasni razlike med mlečno čokolado, čokoladno ploščico, temno čokoladno, belo čokolado in rožičem.



4. Naštej deset načinov uporabe čokolade v receptih.

- | | |
|----|-----|
| 1. | 6. |
| 2. | 7. |
| 3. | 8. |
| 4. | 9. |
| 5. | 10. |

5. Kako pravilno shranjujemo čokolado?

6. Kako na lastnosti čokolade vplivajo:

- hladne temperature?
- sobne temperature?
- vroče temperature?
- zelo vroče temperature?

7. Naredi dve sladici iz spodnjega seznama:

- a. Čokoladno jajce
- b. Čokoladni zajček
- c. Čokolado z mehko sredico
- č. Čokoladne brownije
- d. Piškoti s čokolado

8. Pokaži pravilen način topljenja čokolade.

9. Odgovorite na vprašanje, zastavljeno v Sodnikih 14,18.

Sedmi dan so mu mestni možje rekli, preden je sonce zašlo: »Kaj je slajše od meda in kaj je močnejše od leva?«

Rekel jim je: »Ko bi ne orali z mojo junico, ne bi bili našli pomena moje uganke.«



Maji in Azteki – prvi izdelovalci in uživalci čokolade

Prve znane plantaže, na katerih so gojili kakavovce, iz katerih so izdelovali čokolado, so posadili Maji okoli leta 600 n. št. V tistem času so Maji širili svoja domovanja in se selili v severne predele Južne Amerike ter na svoji poti odkrili polotok Yucatan, ki je bil odličen za gojenje kakavovcev in izdelavo čokolade. Tako bi lahko rekli, da so bili Maji prvi množični izdelovalci čokolade.

A s samo čokolado so se Maji in Azteki srečali že nekaj stoletij pred tem. Zanimivo je, da je bila ta hrana na začetku tako cenjena, da je niso uporabljali samo kot hrano, ampak so z njo tudi plačevali storitve in jo zamenjavali za še vrednejše predmete.

Sama beseda čokolada je izpeljanka majevske besede »xocolatl« in v prevodu pomeni penast napitek. Kajti čokolada v prvotni obliki ni bila narejena v obliki tablic ali bonbonov, kot jo poznamo danes, temveč v obliki napitka. Po azteški legendi naj bi bila semena kakavovca na naš svet prinesena iz samega raja, zato so Azteki verjeli, da oseba, ki uživa čokolado oziroma ta božji napitek, raste v svoji modrosti in moči.

To božje zgodovinsko dejstvo nosi tudi latinsko ime kakavovca, rastline, iz katere se čokolada pridobiva. Kakavovec se je najprej namreč imenoval samo »cacao« (kakav). A švedski naravoslovec Carl Linne, ki je opravil pionirsko delo pri poimenovanju rastlin in živali, je to rastlino preimenoval v Theobroma cacao. Theobroma v grščini namreč pomeni »hrana bogov«.



Ravno zaradi tega, ker se je čokolada smatrala za hrano bogov, pa je bila čokolada v Srednji in Južni Ameriki tudi tako cenjena in draga.

Čokolada v Evropi

Prvi »krivec« za to, da je čokolada našla svojo pot v Evropo, je bil Krištof Kolumb, ki je na svojem iskanju Indije odkril Srednjo Ameriko. Azteki so mu v dar podarili polne vreče kakavovih zrn, ki jih je Kolumb odnesel s sabo v Evropo. **A na španskem dvoru kralja Ferdinanda so te darove v množici ostalih zlatih darov enostavno spregledali, prav tako pa Kolumb ni poznal postopka izdelave čokolade.** Tako je bil prvi stik čokolade z Evropejci klavrn, saj so semena na koncu zavrgli.

Večjo opaznost med Evropejci pa je čokolada doživela leta 1519, 17 let po tem, ko je Kolumb prvič pripeljal čokolado v Evropo. Takrat je Hernando Cortez obiskal dvor cesarja Montezume ter se tam seznanil s pripravo čokoladne pijače. **Španski osvajalci so prav tako videli, da je cesar svoj čokoladni napitek spil pred obiskom svojih ljubic, zato so verjeli, da je čokolada afrodiziak.** To svoje znanje o čokoladi so nato odnesli s seboj v Evropo in z njim seznanili španski dvor.

A znanje izdelave čokolade je bila več stoletij skrbno varovana skrivnost, ki so jo v Evropi poznali samo Španci. Španski kralj je namreč skrb za kakavovce in izdelavo čokolade prepustil španskim menihom, ki so to skrivnost dobro varovali. Čokolada je tako postala močan in drag izvozni produkt Španije in ta evropska pomorska velesila je v svojih kolonijah za potrebe čokoladne industrije zasadila velike plantaže kakavovcev. V začetku 17. stoletja pa je skrivnost izdelave čokolade postala znana tudi drugim evropskim dvorom in v izdelavo čokolade so se tako vključile še ostale države, kot na primer Francija, Italija ter Nemčija.

A ne glede na velike plantaže kakavovcev v Ameriki, je čokolada v Evropi še vedno ostajala pijača in sladica za premožne sloje. Revnejši prebivalci si je nikakor niso mogli privoščiti, saj je pol litra te slastne pijače v 17. stoletju v Londonu stalo kar 15 šilingov, kar je bilo za takratne razmere ogromno. Kakavova zrna pa so v Srednji Ameriki še nekaj časa ostala kot plačilno sredstvo. **Za 10 kakavovih zrn si tako tam lahko kupil zajca, za 100 kakavovih zrn pa je bilo mogoče kupiti dobrega sužnja.**

Iz Evrope je čokolada z naseljenci, ki so se selili v Severno Ameriko, ponovno prešla nazaj na ameriško celino. Potrebno je bilo še nekaj časa, da se je čokolada razmahnila tudi med priseljenci v Severni Ameriki. Tako je s časom razvoj čokoladne industrije šel naprej in čokolada je postala na voljo tudi v trdni obliki in ne več kot pijača. **Ravno trdna oblika čokolade pa je veliko pripomogla k njeni širitvi, saj je transport čokolade postal enostavnejši in tako je čokolada počasi postala na voljo tudi manj premožnejšim slojem.**

Danes je čokolada hrana, ki je poznana in razširjena po celem svetu. **Letna produkcija kakavovih zrn znaša okoli 600 000 ton in se iz leta v leto vztrajno veča. Čokoladna industrija v Ameriki je tako danes vredna več milijard dolarjev.** A za to, da se je čokolada iz primitivne pijače, ki so jo poznali ameriški Maji in Azteki, razvila v hrano, ki vzdraži in zbudi naše brbončice, je bilo potrebnih več kot 1000 let razvoja in inovacij. A razvoja v čokoladni industriji še zdaleč ni konec, saj nam ta industrija vsako leto postreže z novimi čokoladnimi izdelki ter novimi dodatki, ki naredijo uživanje čokolade še boljše.

Rožiči

imajo sladkast, karamelno-čokoladni okus in so res zelo okusni. Tisti, ki pričakujete okus, ki bo popolnoma identičen čokoladi, boste verjetno malo razočarani. Okus rožičev bi lahko opisali kot okus po čokoladi s pridihom zemlje. Rožiči ne vsebujejo kofeina in teobromina (alkaloida, ki ga vsebujejo kakav, kava in čaj). Vsi vemo, da preveč kofeina močno obremenjuje nadledvične žleze. Rožiči so torej res odličen nadomestek za čokolado, saj ne nazadnje vsebujejo za tretjino manj kalorij in za polovico manj maščob.

Rožiči že v črevesju nase vežejo strupene snovi in so zato v veliko pomoč pri različnih prebavnih težavah. Zaradi visoke vsebnosti prehranskih vlaknin, ki igrajo ključno vlogo pri dobri prebavi, so rožiči živilo, ki moralo biti pogostejše v naši prehrani. Ko rožiči enkrat pridejo v črevesje, nase vežejo številne strupene snovi, poleg tega pa pomagajo tudi hidrirati naše telo, kar je zelo dobrodošlo pri driski.

V rožičih najdemo tudi veliko beljakovin, pomagajo pa tudi pri prehladnih obolenjih in težavah z grlom. Rožiči vsebujejo tudi veliko antioksidantov, ki pomagajo, da se telo lahko bolj uspešno bori proti škodljivim prostim radikalom. Antioksidanti so torej pravi čuvaji naših celic, prosti radikali pa vdirajo v naše telo in v njem povzročajo škodo. Prehrana, bogata z antioksidanti ima zato številne pozitivne učinke na naše zdravje.

