



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİKOLATA

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2009 yılından bu yana 7 Temmuz, çikolatanın Avrupa'ya gelişine (7 Temmuz 1550) ithafen tüm dünyada Çikolata Günü olarak kutlanıyor.

Çikolatanın kökleri milattan önceye dayanıyor. Kakao ağacını ilk kez Olmekler yetiştirir, ardından Mayalar, hayvanlarının bu ağacın meyvelerini yediğini görüp M.S. 600 yılında, çikolatalı bir içecek yaparlar. Aztekler, kakao çekirdeklerinin öğütülüp suya karışmasıyla elde edilen "xocoatl" isimli baharatlı çikolata içeceği hazırlar. Toplum tarafından beğenilip değerli bir içecek haline gelen "xocoatl", değerinden dolayı sadece krallar ve rütbeliler tarafından sürekli tüketilirken aynı zamanda askerlerin nişan törenleri ve düğünlerinde ikram edilen geleneksel bir içki haline gelmeye başlar. Kakao çekirdeğinden üretilen çok değerli ve acı içecek kıta keşifleri sırasında Amerika'ya gelen kâşiflere sunulur. Bu içeceği vatanlarına götüren İspanyol kâşifler şeker katarak içmeye başlar.

1600'lü yılların ortalarında kahverengi çekirdeklerden üretilen içecek, Fransa'da büyük popülerite kazanır. Soylu ve zenginler arasında lezzetli, sağlıklı içecek olarak adından sıkça söz ettirmeye başlar. 1700'lü yıllarda buharlı motorlu mekanik bir öğütme aracı üretilir ve bu sayede çikolatanın erişilebilirliği artar. Girişimci bir Fransız ise ilk sıcak çikolata dükkânını Londra'da açar ve 16. yüzyıl İngilteresi'nde Çikolata Evleri yaygınlaşmaya ve bu içeceğe su yerine süt eklenmeye başlar. 1847'de ise bugünkü çikolatanın atası olan ilk çikolata, İngiliz çikolata üreticisi JS Fry and Sons tarafından şeker, çikolata likörü ve kakao yağından yapılan bir hamurdan üretilir.

Çikolata, tropikal kakao ağaçlarında yetişen meyvelerdeki kakao çekirdeklerinin bir ürünüdür. Kakao ağacı, bamyacı ve pamuk gibi üyeleri içeren Malvaceae familyasının bir parçasıdır.

Kakao ağaçları 200 yıla kadar yaşayabilir. Ancak ömürlerinin sadece 25 yılı boyunca kakao çekirdeği üretebilmektedir.

Aztekler, kakao çekirdeklerini para birimi olarak kullandı. O dönemde 30 çekirdek karşılığında 1 tavşan alınabiliyordu.

Yarım kilo çikolata yapmak için 400 kakao çekirdeği gerekir. Her kakao ağacı ise yaklaşık 2.500 çekirdek üretir. Dünyanın en büyük çikolata tüketicisi İsviçre'dir. Tüm ülkeler arasında İsviçre, kişi başı 8,8 kilo çikolata tüketimi ile ilk sırada yer alır.

Her gün bitter çikolata yemek kalp hastalığı riskini 1/3 oranında azaltır. Çikolatanın kokusu ise gevşemeyi tetikleyen teta beyin dalgalarını artırır.

Beyaz çikolata kakao katırları içermediğinden, tam anlamıyla çikolata değildir. Esas olarak kakao yağı içerir.



