

Romans ludzkości z czekoladą zaczął się co najmniej 500 lat wcześniej, niż dotychczas sądzono.

smak - tłumaczy naukowiec.  
- Być może korzenie współczesnego przemysłu czekoladowego leżą właśnie w produkcji tego prymitywnego napoju.

# cudowne kakao

Analiza osadów chemicznych znalezionych w glinianych naczyniach na terenie dzisiejszego Hondurasu wykazała, że starożytni mieszkańcy Ameryki Środkowej już 1150 lat p.n.e. raczyli się napojami czekoladowymi. Jak wykazały badania, napoje te zawierały alkohol ze sfermentowanego miąższu owoców kakaowca.

Pienisty napój o czekoladowym smaku, który chętnie pili Aztekowie i Majowie, pojawił się dopiero później. Odkrycie dokonane przez zespół naukowców pracujących pod kierunkiem profesora Johna Hendersona, antropologa z Cornell University w stanie Nowy Jork, wykazało, że ludzie znali czekoladę 500 lat wcześniej, niż dotychczas sądzono. Dotąd najstarsze przypadki picia czekoladowych napojów datowano na 600 lat p.n.e. Prof. Henderson uważa, że specyficzny smak czekolady starożytni piwowarzy odkryli przypadkiem, próbując fermentować miąższ owoców kakaowca, by przyrządzić gatunek piwa znany jako „chicha”.

- Zauważyli zapewne, że poddając fermentacji nasiona tej rośliny uzyskują czekoladowy



W trakcie prac, których wyniki opublikowało pismo „Proceedings of the National Academy of Science”, naukowcy badali gliniane naczynia z Puerto Escondido w dolinie Ulna w Hondurasie. Znaleźli na nich ślady teobrominy - substancji występującej wyłącznie w owocach kakaowca, rosnącego w Ameryce Południowej i Środkowej. 11 z 13 próbek wykazało obecność teobrominy lub kofeiny, co wskazuje na wykorzystanie kakaowca. Naczynia miały różne kształty i style, a to może sugerować, że były przedmiotem handlu między różnymi społecznościami. Niewykluczone, że używano ich także w czasie obrzędów i ceremonii.

- Są podobne do tych, w których podawano potem kakao w Ameryce Środkowej - mówi prof. Henderson. - Możemy wnioskować, że były najstarszymi naczyniami w jakich pito napoje czekoladowe w czasie uroczystych ceremonii, na przykład ślubów czy świętowania narodzin.

Wkrótce ziarno kakaowca stało się ważną częścią kultury Mezoameryki (czyli terenów Ameryki Środkowej i dzisiejszego Meksyku). Majowie i Aztekowie nie tylko pili napoje przyrządzane z tych ziaren, ale używali ich również jako waluty. Ci pierwsi oddawali nawet część bóstwu czekolady.

Badania naczyń Majów z późniejszych czasów, a także relacje hiszpańskich konkwistadorów

dowodzą, że płynna czekolada była warzona i spieniana – właśnie ową piankę uważali za największy przysmak. Aby ją uzyskać, wdmuchiowano przez rurkę strumień powietrza do płynu przelewanego jednocześnie z naczynia do naczynia.

Kiedy w XVI wieku w Ameryce Środkowej pojawili się Hiszpanie, czekoladowa pasta była już mieszana z takimi dodatkami, jak woda, kukurydza, chili i miód. Tworzono w ten sposób wiele różnych napojów, z których większość miała bardzo gorzki smak. Pomysł mieszania czekolady z cukrem pojawił się w XVII w. w Hiszpanii, ale dopiero 200 lat później zaczęto wytwarzać czekoladę w formie stałej.

Pierwszą tabliczkę czekolady wyprodukował w 1847 roku Anglik Joseph Fry.

Nawet Willy Wonka, ekscentryczny właściciel fabryki czekolady z powieści „Charlie i fabryka czekolady” Roalda Dahla, nie mógł marzyć, że jego produkty staną się kiedyś panaceum. Ale naukowcy są bliscy takiego twierdzenia.

Pewien składnik ziaren kakaowca ma równie wielkie znaczenie dla naszego zdrowia jak penicylina czy środki znieczulające

Norman Hollenberg, profesor medycyny z Harvard Medical School przez lata prowadził badania wśród Indian Kuna z Panamy. Stwierdził on, że cztery najczęstsze powody śmiertelności: wylew, choroby serca, rak i cukrzyca, występowały u przedstawicieli tego ludu rzadziej niż raz na 10 osób.

Naturalne kakao zawiera wysoki poziom epikatechiny, która zdaniem profesora jest tak ważna, że należy ją uważać za coś w

rodzaju witaminy.

- Jeśli te obserwacje są trafne, możemy powiedzieć bez wahania, że należą one do najdonioślejszych w dziedzinach medycyny. Wszyscy jesteśmy zgodni, że penicylina i środki znieczulające są bardzo ważne. Ale epikatechyna może pomóc w wyeliminowaniu czterech najczęstszych chorób występujących w świecie. Dlatego ma ona tak wielkie znaczenie - mówi Hollenberg w wywiadzie dla czasopisma „Chemist

and Industry”.

Daniel Fabricant, wiceprezes Natural Products Association sądzi, że te spostrzeżenia mogą oznaczać konieczność ponownego sformułowania definicji witamin. Uważa się, że 13 istniejących witamin ma fundamentalne znaczenie dla normalnego funkcjonowania, metabolizmu i regulacji rozwoju komórki, a ich niedobory wiąże się zwykle z chorobą.

- Związek między wysokim spożyciem epikatechiny, a zmniejszonym ryzykiem śmiertelnych schorzeń, szczególnie takich jak rak, cukrzyca i zawał serca jest tak uderzający, że należy go zbadać jeszcze dokładniej. Być może choroby te są skutkiem jej niedoboru - zastanawia się Fabricant.

Epikatechyna to flawonoid występujący w herbacie, winie, czekoladzie, niektórych owocach i warzy-



wach. Flawonoidy są usuwane z produktów spożywczych zawierających kakao, ponieważ mają gorzki smak. Mleko i cukier, z którymi w krajach rozwiniętych na ogół pije się kakao, także obniżają jego zdrowotne właściwości. To powinien być kapitalny sygnał dla chorych na cukrzycę! Kakao tak, ale gorzkie.

Kakao o zachowanych flawonoidach, używane do produkcji gorzkiej czekolady, polepsza bowiem ukrwienie mózgu i może poprawiać pamięć krótkoterminową. Naukowcy z Nottingham wykazali, że wypicie kakao bogatego w flawonoidy poprawia krążenie na dwie do trzech godzin.

Ian MacDonald, który prowadził badania przedstawione Amerykańskiemu Stowarzyszeniu Rozwoju Nauki, podkreśla, że kakao może poprawić funkcjonowanie mózgu u osób starszych bądź w przypadkach zaburzeń poznawczych wywołanych zmęczeniem lub brakiem snu.

Ziarna kakaowca zawierają kilkaset składników smakowych.

Brytyjczycy spożywają przeciętnie 10 kilogramów czekolady na głowę, więcej niż jakikolwiek inny naród europejski.

Opr. J.N.

