

Шоколад – вред или польза



Выполнила:
ученица 2 «Б» класса
Белянская Софья





Гипотеза:

Возможно, шоколад вовсе и
невреден, а даже полезен.

Цель исследовательской работы:

поиск аргументов, которые
доказывают вредность или пользу
данного продукта.



Задачи:

1. найти и изучить материал о происхождении и истории этого лакомства;

2. выяснить, чего больше от шоколада вреда или пользы;

3. составить рекомендации, как любителям, так и противникам шоколада.



История шоколада насчитывает более трех тысячелетий. Плоды какао были известны еще цивилизации **ольмеков** – американских индейцев, живших за тысячу лет до нашей эры.



Изначально шоколад употреблялся только как напиток. С языка мексиканских индейцев слово «шоколад» переводится как «горячая вода» или «вода и пена». Напиток был довольно вязкий, горький, готовился со специями и пахучими травами.



Долго шоколад был доступен только очень богатым: производство было сложным, а ингредиенты – очень дорогими. Плоды какао использовались местным населением в качестве денег.



Простые смертные попробовать напиток не могли: он был так дорог, что за сто зерен какао можно было купить хорошего раба.



В конце 19 века кондитеры смогли добиться изготовления практически современного шоколада.

- 1828 год – инженер Конрад ван Хоутен изобрел и запатентовал гидравлический пресс, при помощи которого из какао-бобов извлекалось масло.
- 1879 год – швейцарец Даниэль Петер впервые выпустил на рынок твердый молочный шоколад.
- 1879 год – изобретатель Рудольф Линдт из Берна, сделав оригинальное устройство, стал заниматься производством шоколада, который таял во рту.



Классификация шоколад.

- Горький шоколад: какао тертое + какао-масло + сахар
- Молочный шоколад: какао тертое + какао-масло + сахар + молоко сухое
- Белый шоколад: сахарная пудра + какао-масло + сухое молоко + соль + ванилин
- Шоколад с начинкой выпускают в виде плиток, батончиков и других фигур с различными начинками.

Мнение противников шоколада.

1. Может вызвать значительные проблемы с кожей или аллергию.
2. С началом XX века пришли и подозрения в том, что шоколад на самом деле может стать чем-то вроде наркотика. Несколько лет назад в прессе появились публикации о существовании людей, которые увлечены шоколадом настолько, что впору говорить о настоящей зависимости. Подверженные ей люди съедают до 5 плиток шоколада в день.
3. Приводит к избыточному весу.
4. В шоколаде таится огромное количество кофеина.

Шоколад получают из бобов
растения под названием какао

Бобы – это овощи



Поэтому шоколад –
это овощ



В плитках шоколада
содержится молоко

Поэтому шоколад полезен для
здоровья



Изюм, вишня, апельсиновая
цедра и клубника,
содержащиеся в шоколаде,



относятся к семейству фруктов.
Поэтому ешьте сколько хотите!



Мнение сторонников шоколада.

1. Шоколад заряжает бодростью и улучшает настроение.
2. Спасает от инфаркта и инсульта.
3. Шоколад способен на короткое время улучшать умственные способности.
4. С помощью шоколада можно предотвратить слабоумие в старческом возрасте.
5. Шоколад содержит специальное антисептическое вещество, которое помогает справиться с зубным камнем.
6. 7. Ежедневное употребление шоколада будущими мамами благоприятно действует на рождающихся младенцев, их младенцы много улыбаются и смеются.

Бесспорно,
шоколад
является
продуктом не
только вкусным,
но и полезным!



Вывод.

Шоколад, как впрочем, и любой другой продукт, может быть вредным, если:

- во-первых, если поедать его в больших количествах;
- во-вторых, если употреблять ненастоящий темный шоколад, а его подделки.





Как отличить настоящий
шоколад?

- На упаковке должен стоять ГОСТ;
- Цена 100 граммовой плитки (темного) в среднем 70 рублей – дешевле не брать!!;
- Ищи 3 компонента: какао-тертое, какао-порошок и какао-масло, если есть другие – шоколад не настоящий;
- Сахар эмульгатор, лецитин, ароматизатор и добавка Е 322 – не портят настоящий шоколад;
- Шоколад должен таять во рту





Chocolate

Спасибо за внимание!