

Fous de chocolat

Le chocolat n'en finit pas de nous étonner : magicien gourmand, il se transforme à volonté en glaces, gâteaux ou confiseries. Il se croque et il se boit, parfume et décoore, séduit les petits et les grands. Noir ou au lait, amer ou sucré, pur ou truffé de fruits secs, en bonbons fourrés à la liqueur ou à la pâte d'amande, le chocolat sait plaire à toutes les bouches.



Suivant l'évolution de la mode, le chocolat change de costume et de forme, il se présente en barres : pratiques, énergétiques qui sont bien utiles en cas de petit creux.

Remède ou poison ?

Malgré son succès, le chocolat a mauvaise réputation : on le soupçonne d'abîmer les dents, de faire grossir, de provoquer des crises de foie et même de donner des boutons.

Or, le chocolat est un aliment qui apporte beaucoup à notre corps.

Parce qu'il contient des sucres et des graisses, il est énergétique et procure force et résistance.

Parce qu'il renferme des vitamines, il est tonique et donne de la vigueur aux muscles et au cerveau.

Il contient, en outre, des sels minéraux indispensables à l'organisme.

Pour toutes ces raisons, le chocolat est conseillé aux enfants, comme aux adultes et même aux sportifs et, si on en mange avec modération, il n'a que des qualités.

On dit qu'il serait même excellentissime pour le moral !



71

99

131

159

177

225