



In aller Munde

1 Was passt? Sehen Sie auch in Ihrem Wörterbuch nach.

- a hassen, hat gehasst: _____
- b die Tafel, -n (Schokolade): _____
- c Vitamine (essen): _____
- d der Kreislauf, -e: _____
- e schlank sein: _____
- f gründen, hat gegründet: _____
- g naschen, hat genascht: _____



C das Gegenteil von lieben

G nicht dick sein

D mit einer Firma oder Fabrik anfangen



A so bewegt sich das Blut im Körper

In aller Munde

Kaum jemand mag sie nicht. Man isst sie, weil man Lust darauf hat, oder weil man sich gerade geärgert hat und etwas Gutes für sich tun möchte. Kinder lieben sie. Wenn sie auf dem Tisch steht, steht sie meistens nicht lange da. Jeder nimmt sich ein Stück, und bald ist sie weg – die Schokolade.

Sie ist in aller Munde. Wir lieben sie und wir hassen sie. Denn wer kennt ihn nicht, den Satz „Iss nicht zu viel davon, Schokolade macht dick“. Tatsächlich hat eine Tafel Schokolade, das sind 100 Gramm, circa 590 Kalorien, so viel wie eine ganze Mahlzeit. Doch was sie nicht hat, sind Vitamine. Ist Schokolade also nur ungesund?

Vor allem Vollmilchschokolade enthält viel Zucker und Fett. In einer Tafel können bis zu 40 Gramm Fett sein. Ganz schön viel, denn 80 Gramm braucht ein Mensch pro Tag. Anders ist es mit dunkler Schokolade, auch „Bitterschokolade“ genannt. Wer davon isst, bleibt auch schlank – natürlich dürfen Sie sie nicht kiloweise essen. Bitterschokolade enthält wenig Zucker und viel Kakao, und der ist gesund für Herz und Kreislauf, sagen Wissenschaftler.

Früher war Schokolade eine Medizin. Bis zum 19. Jahrhundert haben sie nur Apotheken verkauft. Aber nur reiche Leute haben Schokolade gegessen, weil sie sehr teuer war. Erst 1819 hat Francois-Louis Cailler in der Schweiz die erste Schokoladenfabrik gegründet. Noch heute essen wir die braune Süßigkeit von den Ersten der Schokoladenherstellung, von Suchard (gegründet 1826), von Lindt (1845) und Tobler (1899). Alle drei Firmen haben eines gemeinsam: Sie liegen in der Schweiz. Auch heute ist die Schweizer Schokolade noch berühmt, weil sie besonders gut und lecker sein soll.

Na, Appetit bekommen? – Naschen Sie mal wieder, denn der große Zuckeranteil in der Schokolade wirkt auf unser Gehirn und macht gute Laune.

Jetzt muss ich aber aufhören und in den Supermarkt gehen – eine neue Tafel kaufen.



© MEV/MHV



2 Ergänzen Sie die richtige Zahl.

- a Eine Tafel Schokolade hat _____ Gramm.
- b _____ gründet jemand die Firma Tobler.
- c Wir essen circa _____ Gramm Fett pro Tag.
- d Ab _____ gibt es die erste Schokolade aus der Fabrik.
- e Bis ins _____ Jahrhundert haben nur Leute mit viel Geld Schokolade gegessen.

3 Richtig oder falsch? Markieren Sie.

richtig falsch

- | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a Eine Tafel Schokolade hat fast so viele Kalorien wie ein Mittagessen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b Eine normale Mahlzeit hat etwa 590 Kalorien. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c 100 Gramm Schokolade haben manchmal halb so viel Fett, wie ein Mensch pro Tag braucht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d Bitterschokolade ist nicht so gesund wie Vollmilchschokolade. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e Vollmilchschokolade hat weniger Kakao als dunkle Schokolade. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f Bitterschokolade ist gut für das Herz. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g Auch 1802 konnte man überall Schokolade kaufen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h Schokolade aus der Schweiz ist nicht besonders lecker. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i Schokolade macht glücklich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |