



## Tipps für den Schokoladenkauf

### Woran erkenne ich eine hochwertige Schokolade?

#### **Hoher Kakaogehalt**

Je mehr Kakao (bei Vollmilchschokolade mindestens 35%) zur Herstellung einer Schokolade verwendet wird, desto mehr Vitamine und Mineralien enthält sie und damit weniger kalorienreiche Zutaten wie Zucker und pflanzliche Fette.

#### **Mindestens 7,5% Milchfett**

In einer guten Vollmilchschokolade sollten mindestens 7,5% Milchfett enthalten sein, denn das zaubert den typisch sahnigen Geschmack.

#### **Niedriger Zuckergehalt**

Die Schokolade sollte möglichst wenig Zucker enthalten, da zuviel Zucker schlecht für die Zähne ist und dick macht.

#### **Nur reine Kakaobutter**

Am besten sollte die gewünschte Schokolade nur reine Kakaobutter enthalten. Nach den EU-Richtlinien dürfen aber auch andere Fette, wie zum Beispiel Butter, hinzugefügt werden. Kakaobutter ist entscheidend für den Geschmack, doch Kakaobutter ist in der Kosmetikindustrie eine gefragte Ware und deshalb teuer.

#### **Fein gemahlen**

Die einzelnen Bestandteile der Schokolade sollten möglichst fein und gleichmäßig gemahlen sein. Ist die Schokolade zu grob oder unregelmäßig gemahlen, entsteht ein sandiges Gefühl auf der Zunge. Leider kann das nicht mit dem bloßen Auge getestet werden. Also hilft nur eins: Probieren!

#### **Der Bruchtest:**

Brechen Sie ein Stückchen Schokolade ab: Knackt es beim Brechen, ist der Bruch hart, die Bruchkanten sauber und bröckeln an der Bruchstelle keine Krümel ab, dann handelt es sich um hochwertige Schokolade.

#### **Der Geschmackstest:**

Auch Zunge und Nase merken deutlich: wenn die Schokolade im Munde zergeht ohne am Gaumen zu kleben und wenn Geschmack und Duft zart und fein sind, dann ist die Schokolade es wert, genossen zu werden.

Entscheiden Sie selbst ...

