



Die heiße Tasse Kakao erinnert an fröhliche Kindertage, ein Stückchen Schokolade ist köstlicher Seelentröster bei jedem Kummer. Wir alle lieben Mousse au Chocolat oder Birne Helene und verkosten gerne einen edlen Rotwein mit erlesener dunkler Schokolade. Doch in der Kakaobohne steckt noch mehr kulinarisches Potenzial.

Schokolade

Schokolade ist sinnliche Lebensfreude, verführerisch, elegant und luxuriös. In der zentralamerikanischen Heimat des Kakaos verehrten ihn schon die Maya als Sinnbild des Lebens und setzten ihn in ihren Ritualen ein. So wurden Neugeborene mit Quellwasser benetzt, in dem Kakaoblüten schwammen und Brautpaare stießen mit Kakao statt mit Wein an. Bei den Azteken wurde der Wert der Kakaobohne sogar so hoch geschätzt, dass er als offizielles Zahlungsmittel galt. Eine Avocado kostete drei Kakaobohnen, ein Hase dreißig und ein Truthahn zweihundert, wie man einer Preisliste von 1545 entnehmen kann. Heute wird Kakao nicht nur in Zentral- und Südamerika angebaut, sondern einmal rund um den Äquator. Auf 20° nördlicher und südlicher Breite herrschen die idealen klimatischen Bedingungen für den Kakaobaum. Ähnlich wie beim Wein beeinflussen das Klima und der Boden des Herkunftslandes den Geschmack des Produktes so sehr, dass bei gleicher Bohnensorte in einem anderen Herkunftsland ganz andere Aromen zum Tragen kommen.

Vielfalt der Aromen

Außer der Herkunft spielt auch die Bohnensorte für den Geschmack der Schokolade eine entscheidende Rolle. Die wichtigsten Sorten sind der fruchtige Criollo, der vollmundige Forastero und Trinitario, einer Kreuzung aus den beiden erst genannten. Über 400 verschiedene Aromen werden der Schokolade zugeordnet. Wie beim Wein sind die Kombinationsmöglichkeiten, die sich aus den unterschiedlichen Herkunftsländern und Bohnensorten ergeben, unendlich. Probieren kann man ein Leben lang, der Genuss stellt sich jedoch sofort ein!

Genießen kann man Schokolade auf vielfältige Art und Weise. Die ursprünglichste und einfachste Form ist sie zu trinken. Die Azteken gossen die Kakaobohnen einfach mit Wasser auf, nachdem sie sie auf einem Stein aufgebroschen und zerrieben hatten.

Zarter Schmelz

Heute haben es Trinkschokoladenfans leichter: Es gibt gut lösliche Trinkschokolade in vielerlei Formen. Nur sollte es unbedingt echte Schokolade sein. Denn das „kakaohaltige Instantpulver“, das sich besonders leicht in kalter oder warmer Flüssigkeit löst, hat den Nachteil, dass es kaum Schokolade enthält. Der Anteil an Kakaopulver beträgt lediglich 20 bis 35 Prozent – der Hauptbestandteil ist Zucker. Echtes Kakaopulver wird dagegen aus Kakaomasse gewonnen. Mit etwas warmer Flüssigkeit und Zucker in der Tasse geschmeidig gerührt, wird es in die heiße Milch gegeben. Durch

seine gute Löslichkeit eignet sich Kakaopulver auch für die Zubereitung von Schokoladensaucen, Eis, Kuchen und Plätzchen.

Schokolade zum Trinken gibt es inzwischen auch in Form von Flocken, Plättchen oder als Riegel – zum Teil lecker gefüllt. Sie alle schmilzt man einfach direkt in heißer Milch oder – fürs Backen und Kochen – in einer beliebigen anderen heißen Flüssigkeit. Für die meisten tollen Schokoladenrezepte braucht man nämlich lediglich Kakaopulver oder geschmolzene Schokolade. Einziger Trick: Damit die in kleine Stücke gebrochene Schokoladentafel nicht am Boden des Kochtopfes festklebt, schmilzt man sie über einem Wasserbad. Saucen zu Fleisch, Mousse au Chocolat oder Cremes für Torten und Desserts lassen sich so problemlos herstellen. Wenn Schokolade sinnlich duftend schmilzt, würde man am liebsten darin baden. „Warum auch nicht?“ denken



Fotos: Ewa Kubiczka, Stéphane Hette

**„Das Leben ist wie eine Pralinschachtel:
Man weiß nie, was man abbekommt!“**

(Filmemacher Robert Zemeckis, Dialog von Tom Hanks im Film „Forrest Gump“)

sich manche Wellness-Anbieter und bringen Schokolade als Massage oder Peeling auf den Körper. Auch im Health Club des Hilton Berlin verwöhnt man die Gäste seit geraumer Zeit mit dem Besten aus der Kakaobohne.

Schoko-Wellness

Wenn im Health Club des Hilton die Masse aus 70-prozentiger Schokolade, Kakaobutter und Mandelöl für das Schokoladen-Rasul erwärmt und angerührt wird, weckt das Kindheits-erinnerungen. Denn es duftet wie beim Kuchen backen. Auf kleiner Flamme wird die 70-prozentige Schokolade langsam geschmolzen und mit Kakaobutter und Mandelöl angereichert, damit sie noch geschmeidiger wird. Das klassische Rasul ist ein Ganzkörperpeeling, bei dem man sich selbst im Dampfbad mit verschiedenen gekörnten Erden und Meersalz einreibt.



Fotos: Monika Adamczyk

„Las cosas claras y el chocolate espeso.“

Ideen müssen klar sein und Schokolade dick.

(Spanisches Sprichwort)

Das fördert die Durchblutung und die Entschlackung der Haut. Ganz genau das gleiche geschieht auch bei der Version mit warmer Schokolade – nur dass sie sanfter und genüsslicher wirkt und schöner duftet. Durch das vielfache „Conchieren“ der Schokolade, das stundenlange Rühren in Spezialmaschinen beim Herstellungsprozess, ist sie enorm feinkörnig und geschmeidig. Schließlich soll sie im Mund zergehen. Auch für die äußerliche Anwendung ist die samtige Konsistenz gerade gut genug!

Haut- und Seelenstreichler

Die wohlriechende, lauwarmer Masse fühlt sich auf der Haut an wie feiner, feuchter Sand. Das macht glücklich. Oder sind es doch eher die Inhaltsstoffe der Schokolade, wie die freundlichen Mitarbeiterinnen des Hilton behaupten? Kakao ist reich an Mineralstoffen und Spurenelementen. Seine sekundären Pflanzenstoffe schützen vor freien Radikalen, fördern die Durchblutung und lassen die Haut jünger aussehen. Auch über die Haut aufgenommen, regt Schokolade die Ausschüttung von Glückshormonen an. Das entspannt und lindert Stress.

Pflegeplus

Nach zwanzig Minuten im Schoko-Glück, rieselt ein warmer Tropenregen von der Decke des Rasul-Dampfbades und die Schokolade wird abgeduscht. Überraschenderweise bleibt dennoch kein klebriger Fettfilm auf der Haut zurück. Stattdessen fühlt sie sich auch noch Stunden später matt-seidig und zart an. Das liegt daran, dass Kakaobutter dem Fett der Haut sehr ähnlich ist und ihr das natürliche Gleichgewicht zurückgibt. Sie wirkt rückfettend und spendet gleichzeitig Feuchtigkeit – das macht sie ideal zur Pflege des gesamten Körpers. Der verführerisch süße Duft des Kakaos bleibt jedoch den ganzen Tag auf der Haut zurück.

Wenn Sie jetzt Lust bekommen haben, Schokolade auch mal als Wellness-Treatment zu genießen, blättern doch einfach weiter auf die Seiten 86 und 100, dort stellen wir Ihnen verschiedene Oasen und deren Schoko-Spas(s) vor. ■

Simone Hoffmann

VORSPEISE Ziegenkäse mit weißer Schokolade und Rosa Pfeffer



VORSPEISE

Ziegenkäse mit weißer Schokolade und Rosa Pfeffer

Für 4 Personen

Für die Dekoration:

4 unbehandelte Orangen

Für den Ziegenkäse:

1 Kartoffel, 4 kleine Ziegenkäse
1 EL Olivenöl, grobes Meersalz

Für die Sauce:

1 unbehandelte Orange, 50 g weiße Schokolade, 1 TL Rosa Pfefferbeeren, 1 EL brauner Zucker

Zum Anrichten:

4 Scheiben Vollkorntoast, 3 Petersilienzweige, 4 Stangen Salzgebäck
4 ofenfeste Förmchen, Spritztüte

Für die Dekoration den Backofen auf 80°C vorheizen. Die Orangen waschen, mit einem Zestenreißer feine Streifen abziehen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Orangenschalen darauf verteilen und 1 Stunde im Backofen trocknen.

Für den Ziegenkäse die Kartoffel waschen, schälen, in hauchdünne Scheiben schneiden und blanchieren. Die Förmchen mit den Kartoffelscheiben auslegen. Den Ziegenkäse mit etwas Meersalz und 1 Teelöffel des Olivenöls zu einer glatten Masse verrühren. Die Masse in eine Spritztüte füllen, in die Förmchen spritzen und kaltstellen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Für die Sauce die Orangenschale abreiben und den Saft auspressen. Weiße Schokolade schmelzen, mit Orangensaft und -abrieb, Pfefferbeeren und braunem Zucker verrühren. Das restliche Olivenöl unter die Sauce geben und zu einer homogenen Masse verrühren.

Den Ziegenkäse mit etwas grobem Meersalz bestreuen und 5 Minuten im Ofen schmelzen.

Dass Schokolade nicht immer süß verarbeitet werden muss, sondern auch als Gewürz zu Fleischgerichten wunderbar schmeckt, zeigen die Schokoladen-Rezepte aus dem Buch „Die Welt des Kakaos“, das im Umschau Buchverlag erschienen ist. Alle Rezepte des Buches wurden kreiert von den Köchen des Berliner Restaurants „Berlin-Sankt Moritz“ (www.restaurant-sankt-moritz.de)



HAUPTGERICHT
Schweinekarree mit
Kakaoschrotkruste,
dicken Bohnen und
Oliven

REZEPTE

Aus dem Vollkorntoast mit einem Glas vier Brotscheiben ausstechen und auf die Teller setzen. Den Ziegenkäse auf das Brot geben und die Schokosauce drumherum träufeln. Mit getrockneten Orangenzesten bestreuen und mit Petersilie garnieren. Dazu das Salzgebäck reichen.

HAUPTGERICHT
**Schweinekarree mit
Kakaoschrotkruste,
dicken Bohnen und Oliven**

Für 4 Personen

350 g Schweinerücken
grobes Salz, frisch gemahlener Pfeffer
1 Limette, 1 Schalotte, 140 g Oliven, 140 g
Saubohnenkerne, 1 EL Olivenöl, 1 EL ge-
klärte Butter, 100 ml Kalbsfond
30 g Kakaoschrot, 120 ml Muscat de Rives-
altes (Dessertwein), 1 TL Mandelöl
1 TL kalte Butter

Den Schweinerücken von den Sehnen be-
freien und den Knochen putzen. Mit grobem
Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen,
und von beiden Seiten scharf anbraten.
Die Limette auspressen. Schalotte schälen
und fein würfeln. Schalotten, Oliven und Sau-
bohlen kurz in Olivenöl schwenken und mit
dem Saft der Limette ablöschen. Das Gemü-
se mit Butter aufmontieren und mit Salz und
Pfeffer abschmecken.
Den Kalbsfond leicht einkochen. Kakaoschrot
hinein geben, mit Salz abschmecken und
ganz zum Schluss den Muscat de Rivesaltes
unterrühren. Einmal kurz aufkochen, von der
Herdplatte ziehen und die Masse mit dem
Mandelöl und etwas kalter Butter abbinden.

Das Fleisch bei 160 Grad für etwa 15 min
im Backofen garen. Vier Tranchen herunter-
schneiden, mit der Kakaoschrot-Masse be-
streichen und auf dem Oliven-Bohnen Ra-
gout anrichten.

DESSERT
**Halbflüssiges
Schokoladensoufflé mit
Bananen-Erdnuss-Eis**

Für 4 Personen

Für die Schokoladensoufflés:
70 g Creme fraîche, 320 g Kuvertüre (Voll-
milch- oder Bitterschokolade), 100 g Butter,
170 g Zucker, 60 g Eigelb, 200 g Eiweiß

4 kleine ofenfeste Förmchen
Butter für die Förmchen

Für das Bananen-Erdnuss-Eis:
125 g Sahne, 10 g Zucker, 1 Vanilleschote,

1 Eigelb, 30 g Bananenmark, 20 g geraspel-
te weiße Schokolade, 20 g Erdnussbutter
20 ml Bacardi

Für die Schokoladen-Soufflés Creme fraîche
mit 100 g Kuvertüre schmelzen und aus der
Masse etwa 2 cm große Kügelchen formen.
Diese 12 Stunden gefrieren lassen.

Butter mit 100 g Zucker aufschlagen. Die
restliche Kuvertüre schmelzen und dazu ge-
ben. Dann das Eigelb unterziehen. Aus dem
Eiweiß und dem restlichen Zucker einen Ei-
schnee herstellen und vorsichtig unter die
Masse heben.

Schokoladenmasse in die gefetteten Förm-
chen geben. Jeweils einen der gefrorenen
Schokoladenkerne vorsichtig in die Mitte
drücken und das Ganze wieder für 12 Stun-
den gefrieren lassen.

Inzwischen für das Eis die Sahne mit dem
Zucker und der Vanilleschote aufkochen. Die
noch heiße Masse auf das Eigelb schütten
und alles miteinander verquirlen. Die restli-
chen Zutaten dazugeben und in der Eisma-
schine gefrieren.

Die Förmchen mit der Schokoladenmasse
noch gefroren in ein Wasserbad stellen und
bei 170 Grad für 18 min backen. Die heißen
luftigen Soufflés sofort nachdem sie aus
dem Backofen kommen mit dem Bananen-
Erdnuss-Eis anrichten und servieren.



**DESSERT Halbflüssiges Schokoladen-
soufflé mit Bananen-Erdnuss-Eis**

Fotos: Hartmut Voigt

Echt schokoladige Kosmetikprodukte

Der Vorteil von Schokolade als Kosmetika ist: So macht sie überhaupt nicht dick! Dafür pflegt sie intensiv und nachhaltig und ist ein wunderbares Erlebnis für die Sinne. Zahlreiche Kosmetikfirmen wissen längst, welche Eigenschaften in der kleinen Kakaobohne stecken und haben exklusive Produkte und Spa-Behandlungen konzipiert. **Hot Chocolate by KLAPP** ist eine kombinierte Beauty- und Wellness-Harmony-Behandlung zum Verwöhnen und Regenerieren. Für das Schoko-Treatment zu Hause wird Hot Chocolate Showergel, Bodylotion und eine Face Regeneration Mask angeboten. **Chocotherapie**, aus dem Hause **Galvagni Schönheit GmbH**, gibt es auch als „Versucherle“ in kleinen Größen und ansprechender Verpackung. Das Set enthält: Chocotherapie Sahne Bad, Chocotherapie Körperöl, Mousse au Chocolat Körpercreme, Kaffee Körperpeeling. Aus Italien kommen die zartschmelzenden Produkte für Gesichts- und Körper von **ISHI**: Schokoladenmoussemaske, Gianduja-Schokoladenöl oder die Tagescreme aus Schokolade für eine straffere, jüngere und samtweiche Haut. Für die Haare gibt's von **John Frida** den Conditioner „Brillant Brunette“, der mit Kakao pflegt. Die „milk-choc“-Seife duftet zum Anbeißen lecker: www.naturseife.de

Die Welt des Kakaos

Alles Wissenswerte über Kakao kann man in dem aktuell im Umschau Verlag erschienen Buch „Die Welt des Kakaos“ nachlesen. Die Autorin Simone Hoffmann beschreibt darin die Kulturgeschichte des Kakaos. Der Leser erfährt, wie gesund Kakao ist, wie er angebaut und verarbeitet wird. Hoffmann verfolgt die edlen Bohnen auf ihrem gesamten Weg zur hochwertigen Schokolade. Was unterscheidet eine Schokolade aus Venezuela von einer aus Madagaskar? „Die Welt des Kakaos“ gibt Auskunft. Umschau Buchverlag, 19,90 Euro.



Schokoladenglück in Wellnessstempeln

In köstlicher, warmer, duftender Schokolade baden – wer träumte als Kind nicht davon? Erfüllen Sie sich doch diesen Kindheitswunsch und lassen Sie sich von Kopf bis Fuß mit der vielseitigen Kakaobohne verwöhnen.

Hotel Villa Kennedy, Frankfurt: Das luxuriös und zugleich zurückhaltend elegante Villa Spa des Rocco Forte Hotels bietet ganzheitliche Behandlungen und Produkte. Innere Ausgeglichenheit ist oberstes Ziel.

Angebot: Weiße Schokolade & Rosen-Behandlung – Entspannung zu zweit (60 Min/240 €) – Ganzkörpermassage im mit Rosenblättern dekorierten Partnerraum. Das traumhafte Aroma weißer Kakao- und Shea-Butter verzaubert die Sinne und pflegt die Haut samtweich. Während der Behandlung werden Champagner, frische Erdbeeren in Schokolade und exquisite Pralinen aus der Patisserie gereicht. Weitere Angebote unter www.villakennedyhotel.de

Hotel Sacher, Wien: Schokolade hat Tradition im Hause Sacher, nun auch im Spa. Die Time to Chocolate® Pflegeprodukte und Signature Treatments by Sacher Spa versüßen der Haut den Alltag.

Angebot: A Symphony in Chocolate (110 Min/190 €) – wohltuendes Aromadampfbad, Kakaobohnen Peeling Massage, umhüllende Schokoladenmaske, entspannende Ganzkörpermassage mit süßer Abschlusspflege. A Taste of Chocolate (60 Min/115 €) – strafendes Peeling und „schokoladige“ Ganzkörpermassage. Weitere Schoko-Specials unter www.sacher.com

Hotel Schweizerhof, Lenzerheide: Köstlich, heiß und raffiniert sind die Schoko-Kreationen für den Gaumen. Besonders im Winter werden sie in der Lobby-Lounge des Hauses gern getrunken.

Angebot: Chockwork Orange – Kakao, feiwürzige Orangenaromen und edle Gewürze. Before Nine – Minze und Schokolade. Chill Bill – Trinkschokolade mit exquisitem Chilli. Pro Tasse 5 CHF. Weitere Schokoüberraschungen: www.schweizerhof-lenzerheide.ch



Foto: Xenia1972