

EL CACAO.

INTRODUCCIÓN.

El cacao procede originariamente de América, donde era utilizado por los aztecas no solo para elaborar una bebida denominada cacahualt, sino que también se usaba como moneda de cambio. Con el descubrimiento de América por Cristóbal Colón, el cacao comenzó a introducirse a toda Europa, pero hubo que esperar hasta el siglo XVII, momento en el que empieza a elaborarse el chocolate (mezcla de cacao, azúcar y leche), para que el consumo se extendiese por todo el continente.

El cacao se obtiene de las bayas que se extraen de una planta tropical originaria de América de sur. Estas bayas denominadas mazorcas suelen contener entre 20 y 40 semillas (habas de cacao), de distintas formas y colores en función de las variedades de la planta.

La materia prima para elaborar todos los productos derivados del cacao es la denominada pasta de cacao, la cual es una masa untuosa y amarga que se obtiene por la molturación de las semillas, que previamente han sido desgerminadas, descascarilladas y torrefactadas, y que contienen entre un 45% y un 60% de materia grasa natural. Para obtener el cacao en polvo, es necesario eliminar de esta pasta de cacao la denominada manteca de cacao, que es su grasa natural. Este proceso se realiza por presión y reduce el contenido en grasa del cacao a niveles que oscilan entre el 8% y el 20% (dependiendo del tipo de cacao). Una vez eliminada parte de la grasa, es triturado nuevamente hasta convertirlo en un polvo muy fino que está listo para comercializarse.

Desde el punto de vista nutricional cabe destacar su alto valor energético (debido a su gran contenido en materia grasa) y sus características estimulantes, puesto que dentro de su composición química se encuentra un estimulante de efectos similares a la cafeína.

FORMAS DE PREPARAR EL CHOCOLATE:

Chocolate a la española:

Que es un chocolate muy espeso y hecho en agua.

Chocolate a la francesa.:

Que es un chocolate clarito y hecho en leche.

Chocolate vienes

Que es un chocolate francés con nata montada.

Por lo general aunque antes se tomaban con picatostes, hoy en día lo clásico es tomarlo con churros. Casi siempre se elaboran en el propio bar, con una receta que más o menos puede ser esta:

Ingredientes:

- ◆ Aceite abundante para freír.
- ◆ 1 kg. de harina.
- ◆ 1 1/2 litro de agua.
- ◆ 200 cl de leche.
- ◆ 25 gr de mantequilla.
- ◆ Una pizca de sal

Preparación:

En un perol metálico, se pone la harina, sobre ella el agua hirviendo con la sal, la leche y la mantequilla. Se trabajara fuertemente con una espátula de madera; cuando este bien trabajada, se dejara reposar durante unos 20 minutos, tapada con un paño. A partir de este momento y con el aceite bien caliente, se puede, con ayuda de la churrera, ir echándolos a freír.

También es normal acompañar el chocolate con un vaso de agua fría.

El chocolate se sirve en taza de desayuno y no se acompaña de azúcar debido a que en su composición ya tiene un alto índice de este.

OTRAS ELABORACIONES DE CHOCOLATE.

| Chocolate | Ingredientes | Elaboración | Servicio |
|------------------|---------------------|--------------------|-----------------|
|------------------|---------------------|--------------------|-----------------|

| | | | |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| A la española | 50/60 gr de chocolate en polvo. 15/20 cl de agua | En una jarra de metal ponemos el chocolate y el agua fría y calentamos el conjunto en el vaporizador | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha |
| A la francesa | 35/40 gr de chocolate en polvo. 15/20 cl de leche. | En una jarra de metal ponemos el chocolate y la leche y calentamos el conjunto en el vaporizador | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha |
| A la vienesa | 35/40 gr. de chocolate en polvo. 15/20 cl. de leche. 10 cl. de nata montada. | En una jarra de metal ponemos el chocolate y la leche y calentamos el conjunto en el vaporizador y terminando con la nata procurando que no se mezcle. | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha o en vaso resistente al calor |
| A la brasileña | 35/40 gr. de chocolate en polvo. 5 cl. de café concentrado. 10 cl. de nata montada a la vainilla. | Diluir en la leche el chocolate y añadir el café concentrado, calentar en el vaporizador y dejarlo en reposo 4 o 5 minutos, calentar y servirlo con la nata. | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha o en vaso resistente al calor |

| | | | |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Al vino | 40 gr. de chocolate en polvo . 15/ 20 cl. de vino blanco. 1 yema de huevo. | Disolver en la mitad del vino el chocolate y calentar en el vaporizador, mientras mezclamos la yema con el resto del vino, añadir al chocolate, mezclar y calentar sin hervir. | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha |
| A la suiza | 35/40 gr. de chocolate en polvo. 15/20 cl. de leche. 10 cl. de nata L | Se prepara igual que el chocolate a la francesa añadiendo al final la nata líquida y mezclando enérgicamente. | En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha |
| Frappé | 20 gr. de chocolate en polvo 15/20 cl. de leche. Hielo picado. | Elaborar el chocolate en la leche en el vaporizador procurando que resulte muy espumoso, enfriar y pasarlo por la batidora añadiéndole el hielo. | En copa o Vaso sobre plato con servilleta y acompañado de pajitas. |

| | | | |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <p>A la portuguesa</p> | <p>35/40 gr. de chocolate en polvo. 15/20 cl. de leche. 5 cl. de vino de Oporto/madeira. 1 yema de huevo.</p> | <p>Calentar el chocolate con la leche en el vaporizador, mientras mezclamos la yema con el vino y lo mezclamos con el chocolate.</p> | <p>En taza de desayuno, Con cuchara a la derecha.</p> |
| <p>A la gallega</p> | <p>35/40 gr. de chocolate en polvo. 15/20 cl. de leche. 5 cl. de licor café. 10 cl. de nata montada. Canela o azúcar de vainilla.</p> | <p>Hacemos un chocolate a la francesa añadiendo el licor y terminando con la nata montada. Para finalizar espolvoreamos con la canela o el azúcar avainillado.</p> | <p>Vaso sobre plato con servilleta y acompañado de cuchara</p> |