

バレンタインにちなんでチョコレートの話。 2.14

2月14日はバレンタインデーでしたね。もともとは外国で始まった習慣でしたが、日本では神戸のお菓子メーカー『モロゾフ』が1932年（昭和7年）にバレンタイン専用のチョコを作ったことから始まったようです。昔と今ではバレンタインの意味が少しずつ変わってきていますが、今年も大切な人にチョコを贈りましたか？今月はそんな**おいし〜い**チョコのお話です。

チョコレートの始まり

チョコレートの歴史は、紀元前2000年頃から。当時古代メキシコでは、チョコレートの原料になるカカオ豆は『神の食べ物』と呼ばれ大変貴重なものだったようです。

食べ始めの頃は、カカオ豆を覆っている周りの果肉や繊維の部分を食べていたそう。

なぜ、今のようにカカオ豆を食べるようになったのか？それは、偶然によるものだったそう。その偶然とは山火事。

山火事でカカオの木が焼けた時に、カカオ豆の良い香りと味を知ったそうです。その後、カカオ豆を焼きすりつぶして食べるようになったそうです。

チョコレートはくすり!?

16世紀の初めにメキシコで、アンステカの皇帝モンテスマという人がチョコレートを飲み始めたと言われている。当時はお菓子というより、薬として扱われていたそうです。カカオ豆をドロドロになるまですりつぶした飲み物を『エクソコアルト』と呼び、不老長寿の薬とされ、モンテスマは黄金のカップで一日50杯も飲んでいました。

効能はというと、チョコと薬草を混ぜ合わせることで、不老長寿、疲労回復、歯痛、喉の炎症、胃潰瘍、食欲不振、解熱、毒消しなどさまざまな病気の治療に使っていたそう。

当時は大変高価なもので、原料のカカオ豆は4粒でかぼちゃ1個、10粒でウサギ一羽、100粒で奴隷が1人買えた値段に相当するほどだったそうです。

「猪口令糖」

では、日本へはどのように伝わってきたのでしょうか。日本へ初めて伝わったのは、1797年（寛政9年）オランダや中国と貿易のあった長崎。まだ、輸入という形ではなくオランダ人から「しょくらとを」というものをもらって食べていたようです。国内で販売されるようになったのは、1877年（明治10年）になってから。当時は「猪口令糖」と漢字で表していたそうです。ちなみに、カカオは「甘豆餅」だとか。

チョコレートはからだにいい？

むかしむかしは薬のように扱われていたチョコレートですが、今では虫歯になる、太るなどと言われ敬遠されがちです。一体どんな効果がありどんなことに気を付ければいいのか？

★チョコレートは発酵食品
カカオの種と果肉を丸ごと発酵させて作ったものがカカオ豆。その発酵過程でできた高分子ポリフェノール「エピカテキン」がチョコレート健康効果のヒミツなんだそうです。

★エピカテキンの効果
動脈硬化・脳卒中・心筋梗塞・高血圧予防・がん予防・アレルギー予防・血管の若返りなどなど良いことづくし！

★正しい食べ方
ミルクをあまり含まないカカオマスが60~80%のダークチョコレートを2時間おきくらいに1片。一日に板チョコの2/3枚程度までです。

鼻血が出るやニキビができるなどは、医学的根拠がないのでご安心を。

かんたんレシピ 酒粕のドレッシング

✳材料✳ (2人分)

- 酒粕 大さじ 1/2
- 白みそ 大さじ 1/2
- だししょうゆ 小さじ 1
- 砂糖 小さじ 1
- ヨーグルト 大さじ 4



- ① 耐熱容器に●の材料を入れて、レンジで30秒ほど加熱します。
- ② ①にヨーグルトを少しずつ入れて、混ぜれば完成！

ゆで野菜、キャベツやブロッコリーなどによく合います。胡麻などを足してもおいしいと思います。





かとけんホーム 施工写真集



今では使用できないSIセンサーが1口しかついていないタイプ。それを全口SIセンサーが付いているタイプへ交換。これで安全です。



電気工事をしています。照明を取り付けしてエアコン用にブレーカーも増設です。



離れを新築中。当初は趣味の部屋と聞いていたが、完成に近づくとお客様が「ここに住もうかな」なんて！



四字熟語パズル

四字熟語が4つバラバラになっているので、正しい四字熟語を4つ作ってください。

厄	知	同	温
医	三	四	食
覚	七	九	恵
難	源	才	寒

- ①
- ②
- ③
- ④

抽選で粗品プレゼント!!

先月号のこたえ

- ① 無病息災
- ② 共存共栄
- ③ 勇猛無比
- ④ 居安思危(こあんしき) ↓

平安無事の際にも、危難に備え用心を怠らないこと。

四字熟語パズル応募方法

①名前 ②住所 ③電話番号④「かとけん通信」の中で興味のある記事、ご意見、ご感想など。⑤四字熟語を4つ①～⑤をご記入の上 FAX かメールにてご応募下さい。 FAX 22-2133 ☒ hirose@kato-const.jp ハガキやお電話でもOKです!

社長よりひとこと

いつもありがとうございます。今年は例年になく1月からバタバタしていて「かとけん通信2月号」の発行が遅くなってしまいました。行く1月が終り逃げる2月に入り本当に逃げ足が早いと感じています。2月と言えば節分・バレンタイン・厄神さん!昔から厄神さんが終わればもう雪も大丈夫と言われていましたが今年もそんな感じでした。歳の数の豆を食べて健康にバレンタインでチョコ上げて厄神さんで厄除け祈願をして、あたたかい春本番を待たたいと思います。春の気配もしてきましたがまだ寒い日もあり、ご自愛下さい。加藤 淳



都市ガスリフォーム 専門店

かとけんホーム

〒620-0042 福知山市北本町二区30-1 加藤建設(株)



0120-24-1900

ホームページ

かとけんホーム

検索

社長ブログ

かも社長

検索

