

Rohes Glück

Festtagszeit ist Schokoladenzeit. Und heute gehört dazu auch Rohschokolade aus ungerösteten, bei niedrigen Temperaturen verarbeiteten Kakaobohnen. Die Spezialität hat es nicht nur geschmacklich in sich. Sabrina Glanzmann

Ob Cassata, Pasta alla Norma oder die kultigen Reisbällchen Arancini: Sizilien lockt mit vielen traditionellen Köstlichkeiten von süß bis salzig. Für eine bestimmte Spezialität lohnt sich ein Abstecher nach Modica: In der Stadt im Südosten der Mittelmeerinsel produzieren kleine Familienbetriebe seit Jahrhunderten die «Cioccolato di Modica» nach einem alten, aus Spanien überlieferten Rezept, das sich wiederum an der Schokoladenherstellung der Azteken anlehnt. Das Besondere daran: Sie wird nicht conchiert. Conchieren heisst in der Schokoladenherstellung der maschinelle Veredelungsschritt, bei dem die Kakaomasse mehrere Stunden lang unter ständigem Rühren auf bis zu 90 Grad erwärmt wird. Mit dem Ziel, sie zu entfeuchten, ihr bittere Geruchs- und Geschmacksstoffe zu entziehen und ein cremig-schmelzendes Endprodukt zu erhalten.

Dem Conchieren gehen mehrere Schritte voran: Nach der Ernte, dem Fermentieren und Trocknen werden in der Regel die ganzen Kakaobohnen (eigentlich die Samen der Frucht) bei 100 bis 140 Grad ge-

röstet. Es gilt: Je edler die Bohne, desto tiefer die Rösttemperatur. Beim Rösten entwickelt sich – nebst der typischen braunen Farbe – eine Vielzahl von Aromastoffen. Zudem wird Feuchtigkeit entzogen und die Schale lässt sich leichter entfernen. Danach werden die Kakaobohnen maschinell in kleine Stücke (Kakaonibs) gebrochen. Es folgt das Mahlen, bei dem die Kakaobutter austritt und eine flüssige Kakaomasse entsteht. Je nach Schokoladensorte kommen Zutaten wie

Kakaofrüchte werden 15 bis 25 Zentimeter lang und wiegen zwischen 300 und 500 Gramm.



Zucker, Milchpulver und Gewürze von Vanille bis Chili dazu, bevor die Masse conchiert, in Form gegossen und abgekühlt wird.

Anders die Hersteller der «Cioccolato di Modica»: Sie entziehen der Kakaomasse die Butter nicht und erwärmen sie auf höchstens 40 Grad. Bei diesem Verfahren «a freddo» (kalt) lösen sich Zuckerkrystalle nicht komplett auf, weshalb die Konsistenz grobkörnig und krümelig ist und die Oberfläche durch die ausgeschiedene Kakaobutter leicht gräulich und matt. Die treuen Fans stört das nicht; vielmehr schwärmen sie auf Food- und Reiseblogs vom besonders intensiven, kräftigen Kakaogeschmack der sizilianischen Spezialität.

Schoggiland Schweiz

Und die Schweizer? Auch die schwärmen für Schokolade, und zwar mehr als alle anderen. Im Jahr 2017 wurden gemäss Chocosuisse, dem Verband der Schweizer Schokoladenfabrikanten, rund 88 548 Tonnen Schokoladenwaren konsumiert (inklusive Importe, ohne Kakao- und Schokoladepulver). Bei einer mittleren Bevölkerung von 8,4 Millionen ergibt dies im Schnitt einen Pro-Kopf-Konsum von 10,5 Kilogramm – die Schweiz steht damit an erster Stelle aller Konsumländer. In diesem schokofreundlichen Markt ist inzwischen auch Rohschokolade zu finden, die wie die «Cioccolato di Modica» nicht conchiert wird und für die die Kakaobohnen bewusst nicht geröstet werden. Im ganzen Produktionsprozess bleiben die Temperaturen niedrig, was die Inhaltsstoffe der Kakaobohne schont. «Eine rohe Kakaobohne hat fast dreieinhalb Mal mehr Antioxidantien als eine Heidelbeere und hunderte weitere Inhaltsstoffe wie Vitamine und Mineralien. Je naturbessener der Kakao ist und je höher sein Anteil, desto mehr bleibt davon auch in der Schokolade erhalten», sagt Franziska Rosario, «Chief Happiness Director» von Lovechoc. So nennt das Amsterdamer Unternehmen seine Geschäftsführerin in Anspielung auf Kakao-Inhaltsstoffe wie Tryptophan, das dem Körper als Vorstufe für das Glückshormon Serotonin dient. Als erster Hersteller in Europa begann Lovechoc 2009 rohe Schokoladeriegel und -tafeln mit Kakaoanteilen von über 80 Prozent zu produzieren; bei der jüngst lancierten, ungesüßten «Extrem Dark» sind es sogar 99 Prozent. «Unsere Grundzutaten sind die rohe Kakaomasse, Kakaobutter und Kokos-



25 bis 50 Kakaobohnen sind in den Früchten eingebettet in süßes Fruchtfleisch.



«Chief Happiness Director» nennt der niederländische Rohschokoladen-Hersteller Lovechoc seine Geschäftsführerin Franziska Rosario.



Die Cioccolato di Modica aus Sizilien wird auf höchstens 40 Grad erwärmt. Deshalb ist sie auch grobkörnig, matt und gräulich. Liebhaber stört das nicht – ganz im Gegenteil.



Der Kakao für die Produkte von Lovechock stammt aus Ecuador, von biologischen Edelkakaobohnen aus nachhaltigem Anbau (links).



Michael Brönnimann von Naturkostbar in seiner Lebensmittel-Manufaktur in Steffisburg, wo auch die Single-Origin-Schokoladen aus nur einer Kakaosorte entstehen (rechts).



© stock.adobe.com (2), Naturkostbar.ch (1), lovechock.com (1)

blütennektar, was gerade bei Veganern und Allergikern gut ankommt. Aber nicht nur: «Für viele gehört zu einer bewussten Ernährung heute dazu, sich ohne schlechtes Gewissen etwas zum Naschen zu gönnen», so Franziska Rosario.

Offizielle Richtlinien oder Qualitätssiegel, was eine Rohschokolade enthalten darf und was nicht, gibt es aktuell (noch) keine; die Zutaten sind firmenspezifisch geregelt.

Gute Fermentation entscheidend

Tabu ist aber meistens raffinierter Zucker. Das gilt auch für die Tafeln der Schweizer Manufaktur Naturkostbar, die aus gemahlene Kakaobohnen, Kokosblütenzucker, Kakaobutter und Vanille bestehen sowie Gewürzen je nach Sorte. Der Betrieb im bernischen Steffisburg gilt als Rohschokoladen-Pionier hierzulande und hat sich seit 2010 mit seinen veganen Pralines, Kakaoprodukten von Butter bis Paste und weiteren Rohkosterzeugnissen wie Speiseöle oder Nussmusse einen Namen gemacht. Als so genannter «Bean-to-Bar»-Betrieb (von der Bohne bis zur Tafel) ist Naturkostbar an der gesamten

Kakao-Produktionskette beteiligt. Das Unternehmen bezieht seine Bio-Bohnen direkt bei Kooperativen und Bauern in den Anbaugebieten (Peru, Bolivien, Ecuador, Dominikanische Republik und Madagaskar) und lässt sie vor Ort nach seinen Anforderungen fermentieren und trocknen; alle weiteren Schritte wie das Brechen der Bohnen und das Mahlen in Granitsteinmøhlen finden in der Schweiz statt. «Daraus entstehen so genannte Single-Origin-Schokoladen aus einer einzigen Kakaosorte eines spezifisch lokalisierten Gebietes», sagt Michael Brönnimann, Gründer und Inhaber der Naturkostbar.

Auch Lovechock umgeht den Weg via Zwischenhändler und arbeitet für seine Produkte mit dem 100-prozentig biologischen Edelkakao «Arriba Nacional» von Kleinbauern aus Kakaogenossenschaften in Ecuador. Dort geschehen nebst Anbau, Pflege und Ernte auch alle Verarbeitungsschritte bis zur Kakaomasse, aus welcher in den Niederlanden dann die Tafeln und Riegel gefertigt werden.

«Die gute Fermentation der Kakaobohnen vor Ort ist für den Geschmack des Endprodukts entscheidend», sagt Franziska Rosario. Die Bohnen werden mit dem Kakao-Fruchtfleisch einem spontan ablaufenden Gärprozess überlassen, um Keimlinge abzutöten und Bitterstoffe zu reduzieren. Für Roh-Kakao geschieht dies heute oft in einem temperaturkontrollierten Verfahren in Holzkisten. Die Bohnen werden während mehreren Tagen regelmässig gemischt und umgefüllt, um ein möglichst ausgeglichenes Ergebnis und damit weder zu bittere noch zu saure Aromen zu erhalten. «Gar keine Fermentierung würde die Antioxidantien im Kakao zwar noch mehr schützen, aber für den Geschmack wäre das schwierig, weil hier bereits die erste Aromenbildung stattfindet», so Franziska Rosario.

Schoggiland Schweiz

Auch Michael Brönnimann nennt die Fermentation als zentral: «Das Brechen der Bohne passiert bei uns im Betrieb. Um eine gute Ausbeute zu erzielen, sind wir auf eine tadellose Boxenfermentierung angewiesen. Nur so lässt sich die Haut gut entfernen, was bei der konventionellen Herstellung durch den Röstvorgang unterstützt wird.» Dabei sei das Rösten nichts Schlechtes, «schliesslich geht es dabei ja um Aromenentwicklung und Verfeinerung. Wir aber wollen zeigen, dass man auch bei der nativen, gut fermentierten Bohne ihr Geschmacksprofil und ihre Aromenvielfalt unterstützen kann.» Am Schluss gewinne immer noch der Genuss: «Wenn das Endergebnis nicht schmeckt, nützen alle positiven gesundheitlichen Aspekte nichts», sagt Michael Brönnimann.

Nur innerhalb von 20 Breitengraden nördlich und südlich des Äquators tragen die Kakao-bäume Früchte. Diese wachsen direkt am Stamm und an den grösseren Ästen.



**HOLUNDER
MIT HONIG**
stärkt Sie
für die kalte
Jahreszeit.

Erhältlich in
Ihrem Bio-
Fachgeschäft



Holderhof Produkte AG
Ufhofen, CH-9203 Niederwil
Tel. +41 (0)71 387 40 40, Fax +41 (0)71 387 40 30
info@holderhof.ch, www.holderhof.ch

Vertrieb Bio-Fachhandel
Somona GmbH, CH-4657 Dulliken
Tel. +41 (0)62 285 46 46, Fax +41 (0)62 285 46 64
info@somona.ch, www.somona.ch

Kakaoprodukte in Rohqualität



Kakabohnen/Kakaonibs

Ungeröstete, fermentierte Kakaobohnen eignen sich für den direkten Verzehr mit Schale. Die daraus gebrochenen Stückchen werden Kakaonibs genannt und sind besonders beliebt als Zutat zum Backen, in Smoothies oder Müeslis.

© stock.adobe.com (6)



Kakaobutter/Kakaofett

Kakaobutter in Rohqualität ist die feste Form des Öls, welches durch hydraulisches Pressen der ungerösteten Kakaobohnen entsteht. Sie eignet sich als Grundlage für verschiedenste Gerichte, ist aber dank ihres hohen Fettgehalts auch für die Haut- und Haarpflege beliebt.



Kakaopulver

Das Pulver wird aus dem Presskuchen gemahlen, der beim Kaltpressen von Kakaofett entsteht. Schwach entöltes Pulver enthält noch mindestens 20 Prozent Restfett und gilt als besonders hochwertig. Stark entöltes Kakaopulver hat einen Fettanteil von 10 bis 12 Prozent, ist gut löslich aber weniger aromaintensiv.

Schokotafeln und -bars

Nebst der rohen Kakaomasse bestehen die Schokoladen meist aus Kakaobutter, alternativen Süßungsmitteln wie Kokosblütenzucker und Gewürzen von Chili bis Zimt.



D-87534 Oberstaufen • Tel. +49 8386 9801-0 • einfach@biohotel-schratt.de • www.biohotel-schratt.de



+39 0471 376573
info@steineggerhof.com
www.steineggerhof.com



Glücks-Momente am Hopfensee

- Bergblick und Bio-Küche
- Hallenbad und (Außen-)Saunen
- Wellness und Naturkosmetik
- Kneipp- und Gesundheitspakete

z. B. 3 Bio-Genießer-Tage ab € 410,-
p.P. im DZ inkl. Bio-Verwöhn-HP, Behandlungspaket und FüßenCard mit vielen Leistungen in der Region

Biohotel Eggenberger **** - EGGENBERGER OHG - Enzensbergstr. 5
D-87629 Füssen/Hopfen am See · ☎ +49 (0) 8362 / 91030 · www.eggenberger.de



HOLZLEITEN
BIO WELLNESS HOTEL ****
A-6416 Obsteig · Tirol
tel +43 (0)5264 8244
hotel@holzleiten.at

www.biohotels.info

mehr als Hotel

zertifizierte Bio-Garantie