

Tag der Schokolade

7 Jul. 2026, [LinkedIn](#), [Instagram](#)

Schokolade! Allein der Begriff lässt den Menschen schon das Wasser im Munde zusammenlaufen. Anhand der Vielfalt von weiß bis dunkelbraun, von quadratisch über rechteckig bis zu mannigfaltigsten Formen und Füllungen findet jede und jeder das, was besonders gut schmeckt.

Der Weg bis zu der heutigen Vielfalt begann bei den Olmeken im heutigen Mexiko etwa 1500 vor Christus; er führte von einem bitteren über ein würziges Getränk der Mayas um etwa 600 nach Christus nach der Entdeckung durch den spanischen Eroberer Hernan Cortes im Jahr 1528 nach Europa. Dominikanermönche präsentierten am 07. Juli 1550 am spanischen Hof den aus Südamerika mitgebrachten Maya-Schokoladentrunk und so breitete er sich in der europäischen Aristokratie aus. 1828 erfand der niederländische Chemiker van Houten eine Kakaopresse. Damit konnte die Kakaobutter abgetrennt und die erste feste Tafelschokolade hergestellt werden. Und Schokolade wurde so zur weltweit beliebtesten Süßware.

Allerdings wurde ihr nachgesagt, dass ein zu hoher Verzehr zu Verstopfung des Darms führt. Doch dem ist nicht so. Schließlich beinhalten Kakaobohnen gleich mehrere Stoffe, die sich nicht nur positiv auf die Verdauung auswirken, sondern auch auf den Schutz der Zellen. Zu solchen Stoffen gehören Polyphenole und Theobromin. Polyphenole zählen zu den Antioxidantien. Sie können aggressive Sauerstoff-Radikale unschädlich machen und so die Zellen schützen. Theobromin gehört zur Gruppe der Methylxanthine und ist somit chemisch eng verwandt mit Coffein und hat eine ähnlich anregende Wirkung.

Auch unverdauliche Kakao-Proteine und Ballaststoffe können von der Darmflora verstoffwechselt werden und fördern somit die Entleerung des Enddarms. Das spart Zeit auf dem „Thron“!

Der Beitrag ist Teil eines Projekts des Arbeitskreises Öffentlichkeitsarbeit der Seniorexperten Chemie (SEC) der GDCh.

#GDChSEC #Schokolade #Chemie #Ernährungswissenschaft #FoodScience
JungesChemieForum (JCF) der Gesellschaft Deutscher Chemiker e.V. (GDCh)
gdch.events Lebensmittelchemische Gesellschaft (LChG)



Bild von R. Buhov auf Pixabay

ALLTAGSCHEMIE

**Chocolate-Day
am 7. Juli**