

LES BIENFAITS DU CHOCOLAT

Papillotes, tablettes, bonbons ou pralinés, à l'occasion des fêtes de Noël, le chocolat s'introduit dans toutes les maisons. 97% des français en consomment au moins une fois par semaine, ce qui place le pays comme 7^{ème} consommateur de la fève de cacao en Europe. Quelle est son origine, d'où viennent les fèves de cacao, comment est-il fabriqué ? À l'occasion de l'ouverture de la Maison Duplanteur à Grasse, Kiosque vous raconte l'aventure du chocolat.

Les indiens d'Amérique du Sud consommaient déjà la fève de cacao 4000 ans avant J-C. L'histoire du chocolat passe par le Mexique, les expéditions de Christophe Colomb et de Cortes. Arrivé à la cour de Charles V, le chocolat se répand en Europe puis s'impose partout dans le monde.

Une industrie complexe

Le processus de transformation est dense et compliqué, explique Célian Mathis, récemment installé à Grasse avec la Maison Duplanteur. Nous possédons notre plantation de 15 hectares de cacaoyers en Sierra Leone, ce qui

nous permet de gérer toute la filière d'approvisionnement en respectant des critères stricts en matière d'éthique et d'environnement, tout en soutenant les populations rurales défavorisées. La Maison Duplanteur s'approvisionne également de fèves en provenance de coopératives sélectionnées et soutenues de Madagascar, Cameroun, Ghana, et de certains pays d'Asie, tels que la Thaïlande ou la Birmanie. L'ensemble des coopératives qu'elle sollicite est certifié, notamment par le label « Utz » qui opère un programme de traçabilité fiable pour la production responsable de cacao, tant sur le plan social qu'environnemental.

De la fève au chocolat

Sélection, séchage, torréfaction, broyage... la fabrication du chocolat résulte d'un savoir-faire qui compte pas moins de 10 étapes, entre la récolte de la cabosse et l'aliment prêt à déguster. A la Maison Duplanteur, la visite des machines commence par la « guillotine ». Les fèves y sont installées et sectionnées afin d'en déterminer la qualité. Après sélection, elles passent dans le torréfacteur pour être soumises à une température de 100°C. Cette torréfaction va griller les fèves et libérer leur arôme. Place au broyeur. Les fèves y sont concassées en « grué » et l'intérieur est séparé de

la coquille. Les résidus peuvent être utilisés, par exemple pour du compost ou pour aromatiser des baumes à lèvres. Le « grué » passe ensuite dans le « moulin à pierre », il y est « rebroyé » afin d'obtenir une pâte épaisse : le « chocolat de couverture ». Comme l'œnologie, il existe la « chocolologie » pour définir les goûts, les associations possibles, le pays d'où provient la fève et le climat de l'année. Avec le chocolat, on voyage ! Saviez-vous qu'il existe trois variétés de cacao : le Forastero, qui représente plus de 80% de la culture mondiale, le Trinitarios, plus noble, puissant et riche en arômes et le Criollo, le plus raffiné

Maman vient de commencer la lecture du loup qui mange les histoires. Les mots s'échappent comme l'on dissout du cacao en poudre tandis que je roule mon carré autour de la langue : d'abord, le sucré partout, puis du salé, enfin une pointe d'amer. L'intérieur de ma bouche se tapisse désormais avec onctuosité et ça persiste longtemps, jusqu'à la fin de l'histoire. Quand la voix de maman s'arrête sur le mot FIN, je fais glisser la texture devenue crémeuse au fond de la gorge avant de passer une dernière fois la langue sur le palais pour me souvenir. Maman a la force et la douceur du chocolat noir extra.

Florence MAYET - Texte tiré du spectacle Gourmandise (2014)

et le plus doux. Au laboratoire, le sucre est ajouté en toute fin de processus pour devenir enfin chocolat, décliné en tablette, bonbon ou praliné. La « ligne d'enrobage » permettra d'enrober les intérieurs d'autres petits chocolats aromatisés. Les intérieurs sont aussi faits-maison et nous contrôlons les origines de notre sucre. La traçabilité et la qualité des produits font partie de notre état d'esprit. Le consommateur s'attache de plus en plus aux retours aux sources, aux origines, aux produits locaux, et c'est tant mieux !

Les bienfaits du chocolat noir

Déjà réputés pour doper le moral et lutter contre la fatigue, la poudre de cacao et le chocolat noir sont aussi riches en antioxydants et ont des effets protecteurs pour le cœur. Ils regorgent également de nutriments, minéraux et oligo-éléments qui contribuent à la défense immunitaire et participent à la croissance et à la régénérescence des tissus. Les fèves de cacao sont aussi riches en flavonoïdes, des molécules qui combattent les radicaux libres présents dans l'organisme et limitent l'apparition du mauvais cholestérol. Selon une étude parue à l'European Heart Journal, la consommation quotidienne de chocolat noir réduirait de 37% les maladies cardiovasculaires, de 48% les risques d'Accident Vasculaire Cérébral et de 27% l'infarctus du myocarde. Plus de raison d'hésiter !

ACHETER DU CHOCOLAT À GRASSE

LA MAISON DUPLANTEUR
Centre Historique
22, rue Marcel Journet
www.maisonduplanteur.com
09 67 56 46 69

PÂTISSERIE CHOCOLATERIE SERGE NOËL
28 Cours Honoré Cresp
06 23 06 25 12

JEFF DE BRUGES
59, chemin de l'Orme
04 93 40 85 02

LÉONIDAS
1, av. Maximin Isnard
04 93 36 60 64

VENTURINI FOGASSETTES
1, rue Marcel Journet
04 93 36 20 47

DASKALIDÉS PARFUM DE CHOCOLAT
Distributeur
5, rue des 4 coins
04 93 42 69 63