

L'ora della cioccolata

Nel 1720, lo studioso Jean Baptiste Labat scriveva un resoconto del suo viaggio nelle Antille raccontando che nella Martinica si utilizzava molto spesso l'espressione "alla cioccolata" per indicare "alle otto di mattina". Gustare del cioccolato a quell'ora rappresentava, dunque, un'abitudine ben radicata in quell'angolo di mondo.

È bizzarro constatare come un momento di dolcezza, vecchio di secoli, coincida oggi con l'inizio mattiniero delle lezioni nella nostra scuola.

Sarebbe interessante proporre ai ragazzi un parallelismo storico partendo proprio da questa bizzarra coincidenza; associare l'ingresso in classe a un'antica piacevole abitudine produrrà sicuramente gioia.

Senza dubbio il cioccolato è l'oggetto mediatore più dolce che ci sia. Inoltre, è di uso comune perché abbonda nelle nostre diete, dunque è in grado di catturare piacevolmente l'attenzione di bambini e adolescenti. Per queste ragioni può aiutarci a condurre molte attività didattiche.

Partendo dal cacao si può ripercorrere il viaggio geografico del cioccolato, scoprendo come dietro a un alimento gustoso ci siano storie di popoli e di economie. Ampliando il dialogo si possono toccare i temi del consumo critico, fino ad arrivare ai concetti dell'interdipendenza fra i vari paesi del mondo e dei diritti dei popoli. Ottimi spunti, questi, per l'avvio di progetti d'intercultura e per esplorare le problematiche legate all'immigrazione.

Anche in ambito scientifico possiamo proporre lezioni interessanti. Il cacao, infatti, deve il suo nome al naturalista Carl von Linné che lo battezzò "Theobroma cacao" che letteralmente significa "cibo degli dèi". Potrebbe risultare interessante indagare sul perché di tale appellativo, arrivando a scrutare le proprietà biologiche del cacao.

I suoi semi, per esempio, sono ricchi di polifenoli, gli stessi che si trovano anche nel vino rosso e nel tè. Queste sostanze hanno una forte capacità antiossidante e aiutano a prevenire l'arteriosclerosi.

Ma c'è dell'altro.

Quanti sanno, ad esempio, che il cacao contiene più ferro rispetto alla carne rossa? Anche il fosforo è presente in quantità maggiore rispetto al merluzzo. Inoltre troviamo il magnesio, indispensabile per il corretto funzionamento dell'attività cellulare. Poi potassio e calcio, che ne fanno un alimento indicato per chi svolge attività sportive. Il suo basso contenuto di sodio lo rende adatto alla dieta degli ipertesi e la feniletilamina sembra essere un antidepressivo.

Infine, è innegabile che il cioccolato ci porta nei nostri sogni più segreti, ci riconduce al bisogno di dolcezza, dunque fornisce spunti interessanti per parlare di emozioni.

L'educazione affettiva è spesso trascurata per mancanza di tempo o, forse,

perché tratta temi delicati che si ha quasi timore ad affrontare. Eppure i bambini avvertono un grande bisogno di esplorare le proprie emozioni e di imparare a riconoscere quelle altrui.

Iniziamo, dunque, una piacevole chiacchierata sul cioccolato e diventerà più facile anche confrontarsi sulle emozioni.

Intorno al cioccolato tutto è sogno, pur essendo questo un alimento reale e concreto. Pensiamo, ad esempio, al suo lungo viaggio nel tempo.

Sembra che i primi coltivatori del cacao fossero i Maya, già nell'anno 1000 a.C.

I Maya usavano i semi del cacao in molti modi: come moneta di scambio, come unità di calcolo e per produrre una bevanda dal sapore acido chiamata "xocoatl" nella loro lingua. Il vocabolo "cioccolato", dunque, deriva da "xocoatl", parola formata da "xococ" (che significa acido) e "atl" (che significa acqua), quindi "acqua acida".

La bevanda veniva apprezzata perché era capace di eliminare la fatica e stimolare la forza fisica e mentale.

Ma le cose erano destinate a cambiare dopo il 1492, quando Cristoforo Colombo riportò dall'Honduras semi di cacao alla corte Spagnola.

Nella prima metà del '500 Hernan Cortes riprese la ricetta azteca, e il cioccolato pian piano cominciò a essere addolcito con lo zucchero. Nel '600, grazie al matrimonio fra la principessa spagnola Anna e il re di Francia Luigi XIII, il cioccolato arrivò in Francia e incontrò subito il favore di tutti, diventando una bevanda molto diffusa.

Alla fine del '600 la bevanda si diffuse in Belgio, Germania, Svizzera, Austria e, finalmente, anche in Italia.

Alla fine del '700 in Inghilterra vennero utilizzate le macchine a vapore per lavorare i semi di cacao, e iniziò la produzione di grandi quantità di cioccolato.

Alla fine dell'800, lo svizzero Rudolph Lindt sviluppò un metodo originale per lavorare il cioccolato: nacque così il cioccolato fondente, un prodotto ormai parecchio diverso dal suo progenitore "xocoatl".

Lentamente, nel corso dei secoli, l'anima del cacao si è arricchita di aromi e profumi nuovi, grazie alla genialità e alla creatività dell'uomo. Non è un'avventura affascinante?

Oggi c'è chi riesce a inventare cose bizzarre con il cioccolato, dando vita a veri capolavori di fantasia: sculture, quadri e perfino libri da leggere e sgranocchiare! Il cioccolato ha davvero molto da insegnarci, facciamolo entrare a scuola, ci sorprenderà con la sua forza mista a dolcezza!

Potremmo cominciare con un laboratorio di narrazione, raccontando una fiaba o leggendo qualche filastrocca sul cioccolato.

Subito dopo, una ricerca sul nome di questo alimento che contiene in sé tanta storia ed è capace di evocare sensazioni piacevoli.

Infine si potrebbero esplorare le realtà sociali che attraversa il cacao,

durante il viaggio che lo conduce fino a noi.

In aggiunta si può anche discutere delle sue proprietà nutrizionali, immaginare soluzioni nuove per rendere il commercio più equo, costruire cartelloni che illustrano le nuove conoscenze acquisite.

Il laboratorio andrà differenziato in base all'età dei bambini e ragazzi coinvolti, ma sempre mantenendo vivo lo spirito dell'apprendimento attraverso il gioco.

A conclusione di questo percorso si potrebbe organizzare un incontro con i genitori per raccontare loro ciò che abbiamo scoperto in classe. C'è da scommetterci che, dopo un lavoro così, l'ingresso quotidiano a scuola diventerà più gioioso.

Del resto, non dimentichiamolo, la prima campanella del mattino suona proprio all'ora della cioccolata!

Rosa Tiziana Bruno fa parte del [gruppo Facebook](#) Pinocchio 2.0

ARTICOLI CORRELATI:

- [Speciale Pinocchio 2.0 e la fiaba, alimento prezioso!](#) a cura di Maurizio Tiriticco
- [Maurizio Tiriticco presenta lo Speciale dedicato a Pinocchio 2.0](#) in una video intervista di Carlo Nati
- [Speciale Pinocchio 2.0 e le altre storie](#) a cura di Luciano Corradini. L'editoriale di Luciano Corradini – Articoli di Antonio Attini, Paolo Beneventi, Fabio Bottaini, Luigi Calcerano, Eugenia Curti, Virginia Defendi, Anna Letizia Galasso, Linda Giannini, Betty Liotti, Melania Maticena, Emiliano Mele, Donatella Merlo, Immacolata Nappi, Carlo Nati, Alberto Olivero, Riccardo Pastore, Lucia Peloso, Carlo Ridolfi, Savino Roggia, Maurizio Tiriticco
- [La favola, come e perché](#), di Maurizio Tiriticco
- [La merenda delle fate](#), di Rosa Tiziana Bruno
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine/i: Che cos'è la bellezza?](#) di Mastro Ticchio
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine/i: La penna e la tastiera](#), di Mastro Ticchio
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine e bambini: Camilla e il vaso](#), di Martufi
- [Pinocchio 2.0 e le storie inventate per bambine/i: La giungla dei desideri](#), di Claudio e Gianfranco
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine e bambini: Il topolino che odiava la pioggia](#), di Giorgio Marchegiani e mamma Sara
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine e bambini: La solitudine non è libertà](#), di Piero Faraone
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine e bambini: Celeste](#), di Eugenia Curti
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine e bambini: La luna di Leo](#), di Eugenia Curti
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine/i: La storia di Sant'Ambrogio, la mula e Corbetta](#), di Laura B
- [Pinocchio 2.0, le storie inventate per bambine/i: Il super papà](#), di

Bocconcello, De Maria, Polese, Taviano

- [Pane. Per i nostri denti, ma non solo](#), di Rosa Tiziana Bruno

Immagine in testata di [Photl](#) (licenza free to share)

Rosa Tiziana Bruno