



O CACAU

2022/23

9°C

CURIOSIDADES SOBRE O CACAU

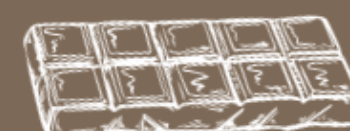


O CACAU PODE IMITAR O EFEITO DO AMOR, POIS CONTÉM FENILETILAMINA, UMA SUBSTÂNCIA QUÍMICA PRODUZIDA NOS PRIMEIROS MESES DE UM RELACIONAMENTO, ELE TAMBÉM É RESPONSÁVEL PELO AUMENTO DA PRODUÇÃO DE SEROTONINA NO NOSSO ORGANISMO QUE É UM NEUROTRANSMISSOR CONHECIDO COMO A “HORMONA DA FELICIDADE”, POIS FAZ-NOS SENTIR UMA SENSAÇÃO DE PRAZER, MELHORANDO A NOSSA DISPOSIÇÃO.

O CACAU JÁ FOI MAIS VALIOSO QUE A PRATA OU O OURO



SÃO NECESSÁRIOS MAIS DE 400 GRÃOS DE CACAU PARA FAZER APENAS 500G DE CHOCOLATE



O CHOCOLATE É UM VENENO PARA OS CÃES E GATOS POR CAUSA DE UMA SUBSTÂNCIA CONTIDA NELE CHAMADA TEOBROMINA;



ALGUNS DOS MUITOS BENEFÍCIOS DO CACAU:



FONTE DE ANTIOXIDANTES:

O CACAU É RICO EM ANTIOXIDANTES, QUE AJUDAM A COMBATER O ESTRESSE OXIDATIVO E A REDUZIR O RISCO DE VÁRIAS DOENÇAS CRÔNICAS, INCLUINDO DOENÇAS CARDÍACAS E CANCRO.



AJUDA A REDUZIR A PRESSÃO ARTERIAL:

OS FLAVONOIDES DO CACAU PODEM AJUDAR A REDUZIR A PRESSÃO ARTERIAL E MELHORAR A FUNÇÃO CARDIOVASCULAR.



MELHORA O HUMOR:

O CACAU CONTÉM COMPOSTOS QUE PODEM MELHORAR O HUMOR E REDUZIR A ANSIEDADE.

A COMPOSIÇÃO DO CACAU É RICA EM NUTRIENTES IMPORTANTES, INCLUINDO:



BOLO DE CACAU

- 5 OVOS
- 2 CHAVENAS DE CHÁ DE AÇUCAR DE COCO
- 2 COLHERES DE SOPA DE ÓLEO DE COCO
- 1 CHAVENA DE LEITE DE AMÊNDOAS
- MEIA CHAVENA DE CHÁ DE CACAU EM PÓ
- 1 COLHER DE SOPA DE FERMENTO

