Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 13 (1983)
Heft: 12

Artikel: Vie montante
Autor: Künzli, Paulette
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-830010

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

SOS consommateurs

Pour Noël, «L'Or brun» du Mexique...

Le saviez-vous? C'est le chocolat, ou plutôt le cacao (cacahualt) pour les anciens Aztèques, tandis que le mot chocolat, lui est d'origine maya (Xococatl). Le premier chargement de cacao parvint en Espagne en 1585. Boisson des cours, il se démocratisa et paré de toutes sortes de vertus on le considéra comme... un remède fort agréable à prendre! Battu mousseux dans des chocolatières, il ne devint «solide» sous forme de dragées, pastilles, puis de tablettes qu'au XIXe siècle. Et depuis grâce aux progrès de la technologie, à l'imagination des chocolatiers et à la main habile des confiseurs, le chocolat s'est diversifié.

Si la Suisse est le pays du chocolat ce n'est certes pas parce qu'elle avait des colonies à cacao, ni même de cannes à sucre, mais plutôt du bon lait. De toute façon les débuts de nos chocolatiers seront durs, mais tout ira mieux ensuite. Cailler a juste un peu plus de 20 ans quand il ouvre son usine de Vevey en 1819; puis viennent Kohler en 1830, Sprüngli en 1845, sans oublier Suchard en 1826... et bien d'autres. C'est le beau et bon travail, la finesse, la recherche de produits différents tel le premier chocolat au lait qui feront la renommée des Suisses. Actuellement nous exportons le tiers environ de notre production; le reste... nous le mangeons.

Pas de Noël sans chocolat...

puisqu'on l'accroche à l'arbre sous forme de petits sujets qui peuvent être: en chocolat plein (les plus lourds et les plus chers), en chocolat creux moulé ou en chocolat fourré de masse de sucre coloré (on appelle cela du fondant). En fait il s'agit plutôt de sucre enrobé de chocolat. Mais le grand triomphe de Noël ce sont évidemment les emballages de fête. Les boîtes sont, bien sûr, beaucoup plus chères que les plaques, et il y a parfois de bien grosses boîtes remplies de papiers, de sous-couches en plastique, etc... Ainsi avant de déguster le délicieux praliné vous enlèverez: le papier d'emballage du magasin, le papier cellophane de la boîte, le couvercle, la couche ouatinée protectrice, le cellophane individuel, puis le papier métallisé, et enfin... vous aurez le chocolat. Le prix aux 100 g triplant celui de la plaque! Il faut donc toujours vérifier le poids indiqué sur la boîte pour comparer valablement 2 boîtes: il y a peut-être plus de chocolat dans la plus petite! N'oubliez pas que des chocolats faits maison* présentés dans un verre ancien, une tasse, une assiette, un petit moule etc... font parfois tout aussi plaisir. Si vous achetez des pralinés chez le confiseur vérifiez le... pesage. En effet certains cornets renforcés pèsent déjà pas mal et la balance n'est pas toujours mise à zéro. Vous payerez ainsi l'emballage au prix des truffes!

Un aliment...

Oui, le chocolat s'il est considéré comme une friandise, est surtout un aliment. Il a un intérêt nutritionnel certain... mais il est riche en calories (entre 500 et 600 calories par plaque ou 100 g) et il apporte en outre des protéines, des sels minéraux (phosphore, calcium, potassium, fer), des vitamines A, D et... un tonique semblable à la caféine: la théobromine... Voilà pourquoi nos ancêtres qui le buvaient très noir et... sans lait lui trouvaient un aspect stimulant. La théobromine, si elle stimule, n'est pas excitante comme la caféine.

Et le foie...

On dit que le chocolat est mauvais pour le foie. Non, par contre il provoque des réactions allergiques, on le sait maintenant (il peut provoquer une migraine presque immédiate). Une vésicule biliaire peut réagir aux formules les plus grasses (type pralinés peu frais) mais le chocolat noir-amer (le seul vrai disent les connaisseurs) est bien toléré. Bien sûr, mangé en grande quantité aux fêtes, ajouté alors à d'autres mets plus riches, on l'accuse. En fait on peut en manger chaque jour 10-20 g s'il n'y a pas de contre-indication médicale. Il doit être très frais (regardez la date), conservé le moins longtemps possible (ni au frigo ni au chaud). Chez le confiseur l'aspect des pralinés doit être brillant, lisse. Un vieux chocolat au goût de savon, rance, ne doit pas être consommé. Ajoutons encore que l'Ordonnance fédérale sur les denrées alimentaires est très stricte sur la composition et la qualité des chocolats. Mais c'est souvent un mauvais entreposage qui gâche tout. Et même si vous ne faites pas partie du «Club des croqueurs de chocolat» (qui existe en France!) nous vous souhaitons de l'apprécier surtout si c'est du vrai chocolat et non des fantaisies peu dignes de porter ce nom.

J. Ch.

Prochain article:
«Marmites et casseroles...»

* On peut obtenir une recette facile, contre une enveloppe timbrée envoyée à «Aînés», case postale 2633, 1002 Lausanne.

Vie montante

La *Vie montante* est un mouvement catholique qui regroupe les personnes du 3e âge. Sa préoccupation essentielle est centrée sur la spiritualité et les problèmes de la foi des personnes âgées. Elle organise des rencontres où chacun met en commun ses expériences, ses angoisses, ses soucis et ses joies. Il existe des rencontres sur le plan paroissial, interparoissial et régional. La *Vie montante* organise également des pèlerinages, des recollections et des retraites.

Afin d'offrir à ses membres une possibilité de rencontre et d'échange et de promouvoir ce mouvement, le comité vaudois du mouvement a organisé en octobre dernier **un grand rassemblement cantonal de tous les aînés des paroisses vaudoises au Palais de Beaulieu.** Cette journée fut une expérience intéressante et fraternelle. Après un message épiscopal et les souhaits des différents responsables du mouvement, une religieuse de La Chaux-de-Fonds a apporté un vivant témoignage d'activité au sein de la *Vie montante* de sa région.

Le sommet de cette manifestation fut la concélébration de la messe par une vingtaine de prêtres, animée par John Littleton, voix célèbre dans la musique sacrée contemporaine.

Suivant un sympathique repas, l'après-midi fut l'occasion d'apprécier le vivant message de foi de John Littleton accompagné de son orchestre qui fit vibrer toute la collectivité par son enthousiasmante personnalité, et doté d'une voix exceptionnelle.

Paulette Künzli