

## ■ Tekst 10

### Fette Tafeln

Von Christoph Drösser

*Macht Schokolade süchtig? Enthält sie Stoffe, die Gier nach mehr auslösen?*  
**Bonnie Bonomé, San Diego**

Der Begriff Sucht wird heute weit gefasst. Und sicherlich haben viele Menschen auch bei Schokolade großes Verlangen, ganze Tafeln zu verschlingen. Es gibt sogar schon die „Anonymen Schokoliker“. Aber ist das Sucht? Besser: Gibt es Substanzen in der Schokolade, die auf die Psyche wirken und eine Sucht erzeugen?

Chemiker haben in Schokolade etliche Stoffe nachgewiesen, die als Drogen einzustufen sind – darunter Theobromin und Methylxanthin (beides Koffeinverwandte). Oder auch Anandamid, ein Transmitter, der ähnlich wie der Cannabis-Wirkstoff THC wirken soll. Die Drogenmengen in der Schokolade sind jedoch so gering, dass man die Süßigkeit kiloweise essen müsste, um eine Wirkung zu spüren. Außerdem wurde nachgewiesen: Obwohl all diese Stoffe aus der Kakaobohne stammen, lässt sich das körperliche Verlangen mit brauner wie mit weißer Schokolade stillen, reiner Kakao dagegen befriedigt es nicht. Gibt man ferner „Schokosüchtigen“ immer Schokolade, wenn sie Hunger haben, dann steigt das Verlangen. „Füttert“ man sie stets in sattem Zustand, können sie bald keine Schokolade mehr sehen. Ernährungswissenschaftler schließen daraus: Wir finden Schokolade toll, weil sie angenehm Hunger stillt – sie ist eine Kalorienbombe aus Fett und Zucker. Vergrößert wird das Suchtgefühl noch durch das schlechte Gewissen nach dem Fressanfall.

*Vom Internet*

## ■ Tekst 10 Fette Tafeln

- 2p 36 □ Stimmen folgende Aussagen mit dem Text überein?
- 1 Sucht nach Schokolade wird vor allem durch einen leeren Magen verursacht.
  - 2 Es hängt von der Sorte der Schokolade ab, ob man süchtig wird.
  - 3 Nur wer regelmäßig und viel Schokolade isst, kann süchtig werden.
- Noteer het nummer van elke uitspraak, gevolgd door 'ja' of 'nee'.