



Atreveix-te amb la garrofa!

Ets d'aquells que quan vénen els reis magis d'orient ofereixes pa amb xocolata als reis i garrofes als camells? Saps que tu també pots menjar garrofes? I el millor de tot, saps que el seu gust s'assembla al de la xocolata? Sí!



Farina de garrofa (esquerra) i beines de garrofa (dreta). El fruit del garrofer forma una beina, la garrofa, que un cop madura és de color entre marró fosc i negre. Les beines es torren i trituren per fer-ne farina de garrofa.



El garrofer (de nom científic *Ceratonia siliqua*) és un arbre propi del litoral mediterrani.

AIXÒ ÉS UNA MOLT BONA NOTÍCIA per als llaminers de mena. Antigament la garrofa ja s'utilitzava per endolcir, i si no pregunteu-ho als vostres avis, esbrineu per què en menjaven!

La farina de garrofa es pot utilitzar com a succedani del cacau, té pocs greixos en comparació amb el cacau pur i no conté substàncies addictives com la xocolata.

El camí de la xocolata fins que arriba als prestatges dels nostres supermercats és molt

llarg. Àfrica i Amèrica del Sud són els indrets on es produeix més cacau. Per tant, s'ha de transportar milers de quilòmetres perquè arribi fins aquí i ha de passar per un reguitzell d'intermediaris que n'encareixen molt el preu. A més a més, si no comprem productes de comerç just és molt probable que els camperols que la produeixen hagin estat explotats i recompensats vergonyosament per tal d'obtenir productes competitius al mercat (guanyen menys d'un euro al dia!).

el repte:

Aquí tens una rajola de xocolata de 20 preses. Tenint en compte que el preu de la rajola és de 2 euros (10 cèntims per cada presa de xocolata), quina part d'aquests diners en paguem a l'agricultor del cacau? Pinta el nombre de preses de xocolata que creus que paguem a l'agricultor (recorda que cada presa són 10 cèntims).



El consum del cacau ha augmentat en els últims deu anys, sobretot en països que fins ara gairebé no en consumien tal com en consumim nosaltres. La xocolata en un futur podria arribar a ser un luxe! Però la bona notícia és que aquí en tenim un substitut fantàstic!

Per tant, el consum de garrofa pot ser una opció excel·lent per substituir de tant en tant la xocolata: des del punt de vista nutritiu és esplèndida, i a més a més estem parlant d'un cultiu propi del país i, per tant, més ecològic!

Suposo que ara ja ho tens clar:
LA GARROFA està de moda i TORNA amb molta força,

T'HI ATREVEIXES?

