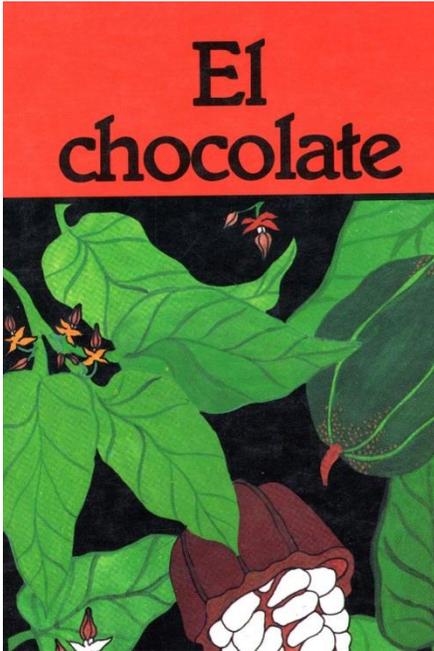


## Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México

### Lectura

#### El chocolate



Luz del Carmen Vallarta (Vallarta, 1992)

Guadalupe salió al campo a cortar flores y encontró algo que llamó su atención, era una semilla muy grande que ella guardó en su morral.

Por la tarde en la escuela se la enseñó a su amigo José, él le dijo que era cacao y que de ahí sacaban el chocolate.

Esa noche Lupita le pidió a su abuela que le preparara una taza de chocolate para merendar. Con su molinillo, la abuela batió y batió la leche hasta que la espuma subió.

El cacao, *cacáhuatl*, en náhuatl, es un árbol de hojas siempre verdes que crece donde hace calor y llueve mucho.

Las semillas están dentro de un fruto de cáscara rugosa y dura que hay que romper con un machete.

La fruta del pulpo es blanca y muy sabrosa. El árbol también da flores rojas, blancas y amarillas.

Los aztecas y los mayas no sólo comían y bebían chocolate, también usaban las semillas de cacao como moneda. Pagaban con ella su ropa, su comida y sus utensilios de trabajo.

Para preparar el chocolate dejaban secar las semillas de cacao al sol. Después, las tostaban en el comal, y todavía calientes las molían en el metate.

Ya que estaban bien molidas les ponían vainilla, polvo de maíz, un poco de miel y canela. Con esta pasta formaban pequeñas tortas que al enfriar se endurecían.

Cuando querían beber chocolate deshacían una tortita en agua caliente. Así es como todavía lo preparan en los pueblos. El mejor chocolate de México se hace en Oaxaca, Chiapas y Michoacán.

Casi todo el chocolate que comemos y bebemos se prepara actualmente en las fábricas, pero no se hace con ingredientes tan puros, ni es tan sabroso como el hecho a mano.

El chocolate es bueno para nuestro cuerpo pues nos da energía y fuerza, pero no hay que comer demasiado porque nos hace daño.

**Bibliografía.**

Vallarta, L. d. (1992). El chocolate. En L. d. Vallarta, El chocolate (pág. 31). México: Patria SEP.