



## Geliebte Süßigkeit im knackigen Check

So viele Fans sie hat – so viele verschiedene Spezial-Daten gibt es für die Nascherei, scheint es. Einige Länder feiern die Schokolade national, aber auch international mangelt es nicht an Tagen für ihre Würdigung. Einer davon ist der 13. September. Dazu passend: drei Schoko-Fakten gecheckt.

VON ALEXANDRA STOBER | BERLIN

DIE ZAHL

# 151

**MILLIONEN** Schoko-Weihnachtsmänner und -nikoläuse produzierte die Deutsche Süßwarenindustrie im vergangenen Jahr, wie aus Zahlen des Bundesverbands hervorgeht. 2019 waren es 153.

### Die Fans



**Behauptung:** Die Schweizerinnen und Schweizer essen am meisten Schokolade in Europa.

**Bewertung:** Stimmt statistisch gesehen, aber es gibt einen Einwand.

**Fakten:** Pro Kopf wurden in der Schweiz im vergangenen Jahr durchschnittlich 9,9 Kilogramm konsumiert, so die Statistik des Verbands der Schweizer Schokoladenhersteller. Umgerechnet sind das 99 Tafeln. Das reicht locker für Platz 1 in Europa. Allerdings merken einige Fachleute an, dass die Statistik ein wenig täuschen könnte: Schweizer Schokolade sei für viele Touristinnen und Touristen ein beliebtes Souvenir. Wie groß

der Anteil dieser privat exportierten Schoko-Süßigkeiten jährlich ist, weiß man nicht genau. Deutschland lag beim Pro-Kopf-Konsum mit 9,2 Kilo auf Platz 2 (2019). Besonders wenig Schokolade wurde in Griechenland gekauft, dort waren es laut der Statistik 2019 durchschnittlich zwei Kilo pro Kopf.



Beim Schoko-Konsum sind die Schweizer Spitze – vermutlich mit Hilfe aus dem Ausland.

ARCHIVFOTO: PICTURE ALLIANCE/SEEGER/DPA

### PZ-PERSÖNLICH

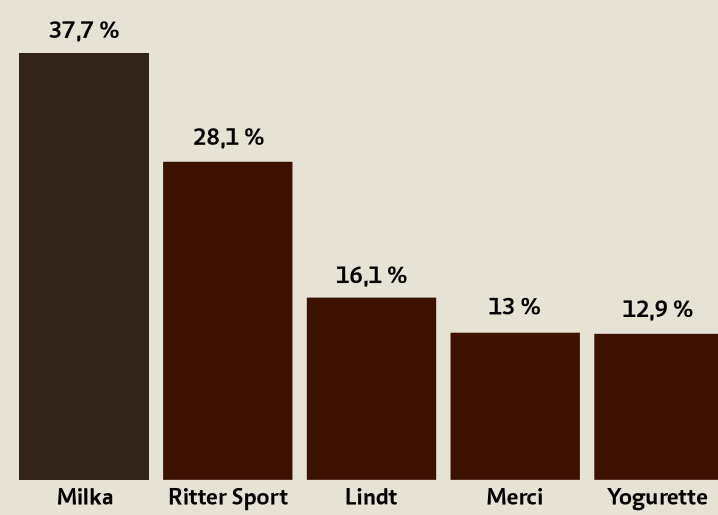
CATHERINA ARNDT  
PZ-REDAKTIONSMITGLIED



### Süße Freude

Ich gebe es ja zu, gute Schokolade macht mich bestechlich. Es ist wohl die einzige Süßigkeit, die diesen Effekt auf mich hat. Und ich weiß, da bin ich nicht alleine. Mein Tipp für alle Gleichgesinnten: Wer ein Fan von Schokoladenkuchen ist, sollte versuchen, beim Backen etwas schwarzen Kaffee in den Teig zu geben. Das macht den schokoladigen Geschmack noch intensiver!

### Ranking der beliebtesten Marken von Tafelschokoladenmarken in Deutschland 2020



### Die Farbe



**Behauptung:** Weiße Schokolade enthält gar keinen Kakao.

**Bewertung:** Falsch.

**Fakten:** Für die Herstellung von weißer Schokolade wird nur ein Teil der Kakaomasse verwendet: die Kakaobutter. Das dunkle Kakaopulver wird der Masse entzogen. Weiße Schokolade hat anteilig mindestens ein Fünftel Kakaobutter zu enthalten, so die Kakaoverordnung. Diese definiert unter anderem, wie verschiedene Schoko-Produkte zu-

sammengesetzt sein müssen. In weißer Schokolade steckt neben dem Kakao-Fett noch Milchpulver – mindestens 14 Prozent sagt die Verordnung. Dazu kommt ziemlich viel Zucker.



Auch wenn die Farbe es nicht erahnen lässt, steckt in weißer Schokolade ebenfalls Kakaobutter.

ARCHIVFOTO: PICTURE ALLIANCE/PLEUL/DPA

Stapelweise süße Versuchung: Die Deutschen vertilgten zuletzt mehr als neun Kilogramm Schokolade im Jahr – pro Person. FOTO: AENNE BAUCK / ADOBE STOCK

DIE ZAHL

# 220

**MILLIONEN** Schokoladenosterhasen wurden in Deutschland zum Osterfest 2019 produziert (aktuellste Zahlen). Nach Daten des Bundesverbands der Deutschen Süßwarenindustrie verblieben 114 Millionen Hasen im Inland, der Rest wurde exportiert.

### Die Gesundheit



**Behauptung:** Schokolade ist gut fürs Herz.

**Bewertung:** Stimmt ein wenig.

**Fakten:** Britische Forscherinnen und Forscher fanden heraus, dass Menschen, die regelmäßig Schokolade essen, ein etwas geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben. Eine Meta-Analyse sechs verschiedener Untersuchungen kam unter anderem zu dem Ergebnis: Schokolade kann dabei helfen, die Herz-Blutgefäße durchlässig zu halten. Für diese positiven Effekte sorgen be-

stimmte Stoffe im Kakao. Deshalb gilt: je höher der Kakaoanteil der Schokolade, desto mehr gesunde Stoffe. Allerdings ist die Wirkung recht gering, sodass die gesundheitlich negativen Seiten der Nascherei – viel Fett und Zucker – die guten kompensieren.



Wirklich gesund ist Schokolade nie. Aber im Zweifel gilt: je dunkler, desto besser. ARCHIVFOTO: PICTURE ALLIANCE/BERG/DPA



ARCHIVFOTO: PZ