

Il y a 2 semaines, je me suis achetée le livre de David Wolfe et Shazzie "Naked Chocolate" et qui ne parle **QUE DU CHOCOLAT... CRU!**

J'y ai appris que le chocolat que l'on connaît a été raffiné et surchauffé à l'extrême, et que finalement il ne reste plus grand chose de ses propriétés nutritives et curatives... C'est drôle, je n'y avais jamais réfléchi avant!

Ensuite, quand on a goûté ce fameux chocolat cru... Je vous dis que ça... **Une Révélation!** Quelle découverte!! Ça ne goûte pas du tout ce que je pensais... Je croyais que ça allait être amer comme tout, mais non!

Le goût en est bien plus subtil que vous pouvez imaginer... avec un soupçon poivré! C'est VRAIMENT une expérience à faire, je vous la recommande chaudement.

Comme l'odeur du Cacao n'est pas aussi prononcée, donc moins lourde et moins "écoeurante" que le chocolat commercial (un plus pour moi), ça va nous permettre de varier le menu à la maison!

Que fait-on avec du Cacao Cru ?...Oubliez toutes vos idées préconçues, ce n'est pas du tout le chocolat sucré que vous connaissez. Ce cacao-là peut-être aussi bien servi sucré que salé!! Des soupes, pâtés, craquelins, smoothies (bien sûr!), crème glacée... etc. Surprenant... et délicieux. Sur cette photo-ci, j'ai voulu vous montrer une graine entière ainsi que la manière dont se présente le cacao à l'intérieur de la graine.



Il me paraît essentiel d'être plus précise à propos du Cacao Cru. Il existe du cacao cru non fermenté et du cacao cru fermenté. Le Cacao Cru que j'utilise depuis le tout début de ce blog n'est pas fermenté! **Le Cacao non-fermenté me permet d'effectuer des recettes aussi bien salées que sucrées**, parce que l'arôme chocolaté, tout en étant présent, tient plus de l'épice que du parfum plus rond du Cacao tel que nous le connaissons tous et que nous associons plus familièrement à des plats sucrés!