

**Le chocolat**

**Lisez attentivement les questions avant d’écouter la chronique**



**Écoutez et faites les exercices**

## **I.** **Cochez la meilleure réponse pour chaque question.**

1. Quand on parle du chocolat,

🖵 on sait qu'il y a un seul type de chocolat.

🖵 on parle d’un produit qui charme le palais de millions de personnes.

🖵 on parle du fruit du cacaoyer.

2. Le chocolat est

🖵 le fruit du cacaoyer.

🖵 une pâte sucrée avec de la crème et du lait.

🖵 fait à partir de la pâte de cacao, du lait, du sucre et d’autres ingrédients.

3. La quantité de cacao dans un chocolat

🖵 est toujours la même, ce qui varie, c’est la quantité de sucre.

🖵 varie selon le type de chocolat à produire.

🖵 est toujours la même, ce qui varie c’est la quantité de lait employée.

4. Le chocolat blanc et le chocolat noir

🖵 se différencient seulement par la couleur ajoutée au moment de leur préparation.

🖵 ont des apports nutritionnels.

🖵 sont deux variantes du chocolat, dont une n’a pas de cacao.

# **II. Cochez les caractéristiques du chocolat.**

Il contient toujours des graisses végétales

Réduction de la tension artérielle

Source d’infarctus du myocarde

Réduction des maladies cardiovasculaires

Aucune propriété antioxydante

Augmentation de la circulation san-guine

Il peut contenir plus de 6% de graisses végétales

Pneumonies

Apport du magnésium

Agent antioxydant



Il est fait seulement à partir du lait de chèvre

## **III.** **Indiquez si les informations suivantes sont vraies (V), ou fausses (F).**

1. 🖵 Le chocolat doit être consommé avec modération à cause du sucre.
2. 🖵 Le chocolat blanc apporte plus de bienfaits que le chocolat au lait.
3. 🖵 Outre le sucre et le cacao, le chocolat n’a pas d’autres ingrédients.
4. 🖵 Le chocolat apporte quelques-unes des vitamines du complexe B.
5. 🖵 Le chocolat est une bonne source de vitamine A.
6. 🖵 Le chocolat est une bonne source de glucides et lipides.
7. 🖵 Le rétinol et le bêta-carotène sont des éléments positifs du chocolat.