

SUKLAA-ALKEMISTIN KÄSIKIRJA

© Jaakko Halmetoja 2010

SISÄLTÖ:

KAPPALE 1

Kuinka suklaa-alkemisti rakentaa
työpajansa - tarvittavat työkalut

Sivut 3-6

BONUS: Suklaan temperointi

Sivut 7-8

KAPPALE 2

Kuinka muuttaa epämetalleja hopeaksi? -
Suklaan valmistamisen ensiaskleet

Sivut 9-10

KAPPALE 3

Kuinka muuttaa epämetalleja kullaksi? -
Suklaan valmistamiseen perehtyminen

Sivut 11-13

KAPPALE 4

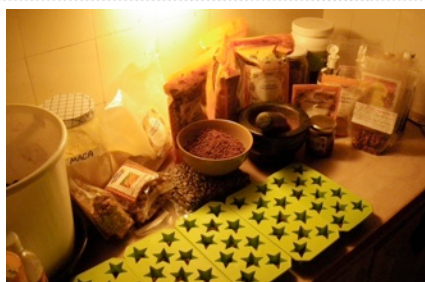
Kuinka valmistaa viisasten kivi? -
Suklaan valmistamisen todellinen taikuu

Sivut 14-16

2nd EDITION



Salainen suklaatehdas



Työpaja



Jalometallia

“Synny taika
kattilassa, kulhossa
jo kehity. Ainehista
alkuperäisistä
muotteihin nyt
levity.”

SUKLAA-ALKEMISTIN KÄSIKIRJA

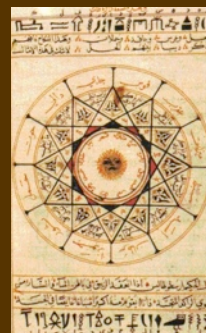
Alkemian ajanjaksoksi kutsutaan ajanjaksoa (n. 300-1600). Alkemia oli sekoitus uskontoa, mystiikkaa ja lääketiedettä. Alkemistien perinteen mukaan heidän työnsä kuvaukset ja muille annettavat ohjeet piti esittää symbolein ja vertauskuvoin, jotta vain asioihin perehtyneet oppineet voisivat hyödyntää niitä. Monet kirjoitukset ovatkin niin epäselviä ja monimerkityksisiä, että ne ovat jääneet jälkipolville mysteereiksi. Yksi kuuluisimmista esimerkeistä on vuodelta 1677 oleva Mutus Liber ('mykkä kirja'), joka 15 kuvan avulla neuvoa valmistamaan viisasten kiven. Viisasten kivi oli mystinen aine, jonka avulla muita metalleja voisi muuttaa kullaksi. Ranskalaisen apteekkarin

Isaac Baulotin tekemissä kirjan piirroksissa näkyy enkeleitä, palavia ihmisiä ja mystisiä eläimiä alkemistien tislatussa aamukastetta tai uuttaessa aurinko- tai kuu-esanssia. Viimeinen piirros, jonka pitäisi kertoa, miten viisasten kivi lopulta valmistetaan, on kuitenkin niin tulkinnanvarainen, että se on jäänyt näihin päiviin asti täysin arvoitukseksi. Alkemistien käyttämän symbolikielen tarkoitus oli pitää onnenonkijat tiedon piirin ulkopuolella, jotta vain todelliset mestarit, "adeptit", voisivat tutustua suureen viisauteen. Nämä korostivat, että alkemiaan ei tarvittu vain palkeita ja tulisijoja vaan myös henkisiä ponnisteluja ja että kultaa voisi lopulta syntyä niin ahjossa

leimuavan tulen kuin alkemistin työtä seuraavan enkelinkin ansiosta.

Tämän käsikirjan tarkoituksena on opettaa sinulle *suklaisen viisasten kiven* käyttöä ja tekniikoita, joilla *epäjaloja* herkuttelutottumuksia voi muuttaa *jaloiksi* - huippuherkullisiksi terveysteoksiksi. Sinun ei välttämättä tarvitse hankkia taikasauvaa tai opetella shamanistisia loitsuja, mutta uskon, että tässä kirjassa esitellyistä tekniikoista voi olla paljon apua varsinkin jokaiselle suklaan syvemmästä luonteesta ja edistyneemmistä valmistustekniikoista kiinnostuneelle.

- Jaakko Halmetoja



Huom! Suosittelen lukemaan kirjan tekstiä huolellisesti, mielellään kynttilän valossa, jotta huomaat varmasti kaikki symboliseen salakieleen piilotetut viestit! ;)

Kuinka suklaa-alkemisti rakentaa työpajansa - tarvittavat työvälineet

Käyn tässä kappaleessa läpi kaikki tarpeellisest työvälineet, joita kokeneempikin suklaa-alkemisti saattaa tarvita työpajallaan. Ota huomioon, että vaikka voit valmistaa suklaata erittäin yksinkertaisilla menetelmillä ja välineillä, on tässä kirjassa esitelty myös hyvin pitkälle vietyjä strategioita suklaan valmistamiseen. Huomaa kuitenkin, että suklaan valmistamista käsittelevät kappaleet on jaettu kolmeen osaan (ensiaskeleet, perehtyminen, adeptin tulikoe) juuri sen mukaan, kuinka kehittyneitä tekniikoita haluat suklaan valmistamiseen käyttää. Keskity siis juuri tarpeitasi parhaiten palveleviin välineisiin.

Jos raakasuklaan valmistaminen on sinulle täysin uutta. Katso video valmistusprosessista www.raakasuklaa.com -sivustolta.

Kattilat ja kulhot

Ensimmäinen työväline, jota alkemisti tarvitsee suklaan valmistamiseen on kattila (veden keittämistä varten) ja kulho (suklaamassan sekoittamista varten). Veden lämmittämiseen soveltuu parhaiten halkaisijaltaan suurikokoinen kattila, johon suklaamassan sekoittamiseen vaadittava kulho mahtuu helposti. Parhaiten sekoittamiseen soveltuu metallinen kulho, joka lämpenee ja sitoo lämpöä huomattavasti muovista kulhoa paremmin. Voit toki käyttää sekoittamiseen myös muovista kulhoa, mutta alkemisti suosii aina ensisijaisesti keraamisia, lasisia, puisia tai metallisia työvälineitä muovisten sijaan.

Lavuaariin valutettu kuuma vesi toimii myös suklaan ensimmäisessä valmistusvaiheessa, kun rasvoja sulatetaan nestemäiseen muotoon, mutta varsinkin jos käytät valmistukseen kaakaovoita, on rasvat nopeampi ja suotavampi sulattaa käyttäen apuna kattilaa, jossa veden lämpötila sulattaa rasvat nestemäiseen muotoon lavuaaria tehokkaammin.



Morttelit

Suklaa-alkemisti tarvitsee usein suklaan valmistamisessa välineitä aineiden murskaamiseen. Tähän kätevä väline on mortteli (kokonaisten kaakaopapujen, kaakaonibsiin, rakeisen suolan tai pähkinöiden murskaamiseen). Suosi painavaa, graniittista, marmorista tai puista morttelia. Vältä keraamisten ja muovisten mortteleiden käyttöä, koska niistä irtoaa yleensä ajan myötä ylimääräisiä ainesosia murskattavien raaka-aineiden joukkoon.

VINKKI: Marmorisia mortteleita löytää usein halvalla kirpputoreilta, mutta myös suurimpien kauppaketjujen valikoimasta löytyy laadukkaita kivisiä mortteleita.

Tehosekoittimet

Tiettyjen raaka-aineiden hienontamiseen tai tasaisemman koostumusten valmistamiseen voi alkemisti käyttää myös tehosekoitinta. Ehdottomasti kätevin väline on muutaman desilitran vetoinen "miniblenderi". Jos valmistat kerralla isomman annoksen suklaata, toimii tehokas blenderi ([Vitamix](#), [Blendtec](#), [Waring](#), [Rhino](#) tmv.) parhaana apuvälineenä oikeanlaisen koostumuksen saavuttamiseksi. Voit toki käyttää millaista blenderiä tahansa, mutta tehosekoittimen riittävä teho takaa myös kovempien aineosien pilkkoutumisen riittävän hienoon muotoon.

VINKKI: [Miniblenderi](#) on äärimmäisen tehokas ja näppärä työkalu suklaa-alkemistin keittiössä joka soveltuu mainiosti myös yleiskäyttöön, varsinkin paljon matkustavilla ihmisillä.



Mortteli



[Vitamix](#)



[Miniblenderi](#)

Leikkuualusta ja leikkuuveitset

Ajoittain suklaata valmistettaessa pilkotaan raaka-aineita (esim. kaakaovoi, kuivatut hedelmät jne.) veitsellä pienempään muotoon. Suklaa-alkemisti suosii aina huippulaadukkaita työkaluja työskennellessään huippulaadukkaiden raaka-aineiden kanssa.

Bamsta valmistettu leikkuualusta on erittäin hellävarainen veitsen terälle ja säilyy hyvässä kunnossa pitkään. Laadukas keraaminen keittiöveitsi säilyttää teränsä jopa vuosia ja se on magneettisilta ominaisuuksiltaan normaalia teräs-veistä parempi vaihtoehto. Suklaa-alkemisti nimittäin tietää, että C-vitamiini deaktivoituu 50 prosenttisesti joutuessaan kosketuksiin raudan tai teräksen (ferromagneettiset metallit) kanssa, jonka vuoksi hän suosii aina mahdollisuuksien mukaan keraamisia, kuparisia ja puisia työvälineitä.



Bambusta valmistettu leikkuulauta



Keraamisia veitsiä

Muut työvälineet

Jos suklaan pohjana käytetään sekä kookosöljyä että kaakaovoita, saattaa alkemisti usein homogenoida öljyt maidonvaahdottimella tai metallisella vispilällä niin, että rasvat saadaan sekoitettua mahdollisimman hyvin toisiinsa. Suklaan sekoittamiseen soveltuu manioisti myös esimerkiksi puinen lusikka. Puu on muutenkin hellävarainen materiaali, eikä kolhi esimerkiksi tehosekoittimen terää, jos kaavit blenderin pohjalta suklaamassaa. Lisäksi puu on neutraali elementti, joka ei omaa samanlaisia reaktiivisia ominaisuuksia kuin esimerkiksi metallit.

Kaakaovoi on hyvä pilkkoa mahdollisimman pienen muotoon, jotta se sulaa nopeasti nestemäiseen muotoon. Tähän toimii helpoiten ja nopeiten laadukas leikkuualusta ja -veitsi, mutta kaakaovoin voi raastaa pienemmäksi myös käyttämällä perinteistä juustoraastinta.

Mahdollisimman hellävaraisilla menetelmillä suklaata valmistava alkemisti käyttää metallista siivilää erilaisten kokkareisten jauheiden ripotteluun suklaamassan sekaan, saadakseen massalle mahdollisimman hienojakoisen koostumuksen. Jokaisesta isommasta tavaratalosta löytyy hyvin tarkoitukseen soveltuvia tiheäsilmäisiä siivilöitä.

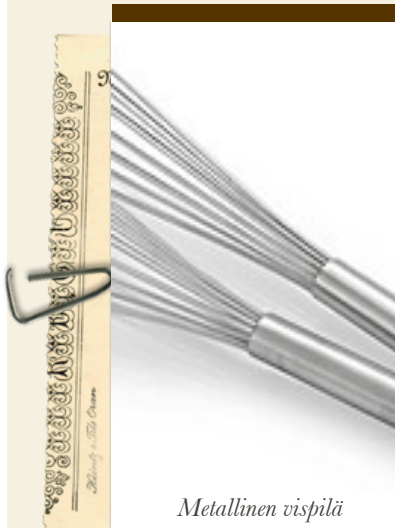
Kun suklaamassa on valmis, kaadetaan se lopuksi tilanteeseen sopiviin suklaamuotteihin. Parhaiten suklaamuotteiksi soveltuvat silikoniset tai kovasta muovista valmistetut muotit. Kokeile myös esimerkiksi papaerisia muffissimuotteja valmistaaksesi hieman isompia suklaaleivoksia. Erityisen hienoja suklaamuotteja ja konvehtikuvioisia malleja voit ostaa esimerkiksi [täältä](#).

VINKKI: Jos haluat sekoittaa jauheet mahdollisimman tasaiseksi massaksi käyttämällä sekoittamiseen pelkkää lusikkaa, ripottele jauheet metallisen, tiheäsilmäisen siivilän läpi, jolloin suklaamassan koostumus ei jää paakkuikeksi.

VINKKI: Voit käyttää suklaamuotteina helposti myös jokaisesta pakastimesta löytyviä jääpalamuottirasioita tai kaataa suklaamassan lakealla lautaselle ja leikata sen veitsellä pienempiin palasiin.



Maidonvaahdotin



Metallinen vispilä



Sydämen mallinen suklaamuotti



Raastin

Marmorinen alusta suklaan temperointiin**Suklaan temperointi**

Ammattikäytössä suklaa, joka sisältää paljon kaakaovoita temperoidaan käytännössä aina. Tällöin suklaamassan lämpötilaa vaihdellaan, jotta kaakaovoin kiderakenteet saadaan tiiviimpään muotoon. Kaakaovoin rasvat kiteytyvät kuudella eri tavalla ja temperoinnin tavoitteena on siis kiteyttää suklaamassa parhaaseen mahdolliseen rakenteeseen.

Miksi suklaa temperoidaan?

- Suklaalle saadaan kiiltävä pinta.
- Suklaalle saadaan sileä suutuntuma.
- Suklaalle saadaan kova koostumus, jotta suklaa raksahtaa mukavasti, kun sen katkaisee.

Lisäksi suklaan sulamislämpötilaa saadaan nostettua niin, että se ei sula yhtä helposti sormiin.

Miten suklaa temperoidaan?

Hyvässä suklaassa on mahdollisimman paljon 5-tyyppin (beta-2) kiderakenteita. Tällöin suklaalla on paras ja pitkäkestoisin koostumus. Käytännössä suklaamassa (kaakaovoi/kaakaomassa) sulatetaan ensin 43 asteiseksi, jolloin kaikki kiderakenteet rikkoutuvat. Seuraavaksi suklaa jäädytetään 27 asteeseen, mikä saa aikaan 4- ja 5 -kiderakenteiden muotoutumista. Jäähdyttämiseen marmorinen temperointialusta soveltuu mainiosti, koska se on kylmä ja sen päällä pyöritelty suklaamassa jäähtyy ja kiteytyy melko nopeasti. Jäähdyttämiseen voi kuitenkin käyttää myös kylmävesihaudetta.

Tämän jälkeen suklaan lämpötila nostetaan 32 asteeseen (vesihauteessa), jolloin suklaasta eliminoidaan 4-tyyppin kiderakenteet ja jäljelle jää vain 5-tyyppin rakenteita. Jos suklaan lämpötila nousee tämän jälkeen, tuhoutuu temperointiprosessi ja se on tehtävä uudestaan.

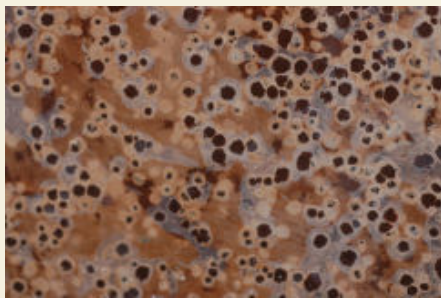
Pienetkin heittelyt suklaan lämpötilassa pilaavat lopputuloksen. Liiallinen sekoittaminen saa rasvat erottumaan toisistaan ja liian vähäinen sekoittaminen estää 5 -kiteiden rakentumista. Vaikka suklaa olisikin temperoitu onnistuneesti, tulee sinun edelleen liikuttaa massaa ja kaataa suklaa samalla muotteihisi. Suklaan sileä ja kaunis pinta, "napsahtava koostumus" ja mukava suutuntuma ovat seurausta suklaan temperoinnista.



Jos suklaata ei temperoida, voi suklaan pinnalle syntyä ns. "rasvavalumia". Tällöin suklaan pinta on kaikkea muuta kuin sileä ja tasaisen kaunis. Kotikäytössä esteettinen puoli ei yleensä ole yhtä merkittävä tekijä kuin ammattilaiskäytössä, jossa suklaasta halutaan valmistaa myös ulkoisesti virheetöntä.

Alustan päällä temperointiin soveltuu mainiosti puinen lasta, joka löytyy valmiiksi käytännössä jokaisesta taloudesta. Itse tykkään käyttää tarkoitukseen erikeen valmistettuja metallisia temperointilastoja. Suklaamassan lämpötilan määrittämiseen voit käyttää yksinkertaista termometriä, jolloin on kuitenkin hyvä huomata, että mittaa suklaamassan lämpötilan nimenomaan massasta, eikä paina termometrin päätä metallisen kulhon pohjaan kiinni. Tarkoitukseen voi käyttää myös laserilla toimivaa lämpömittaria.

Suklaan temperointiin viudaan käyttää myös valmiita [temperointilaitteita](#).



Rasvavuotoja suklaan pinnalla

KIDE	SULAMISPISTE	HUOMIOITA
I	17 °C	Pehmeä, muruinen ja sulaa liian helposti.
II	21 °C	Pehmeä, muruinen ja sulaa liian helposti.
III	26 °C	Luja koostumus, mutta ei napsahda ja sulaa liian helposti.
IV	28 °C	Luja koostumus, mutta ei napsahda ja sulaa liian helposti.
V	34 °C	Kiiltävä pinta, luja koostumus ja paras napsahdus.
VI	36 °C	Kova. Muodostuminen kestää useita viikkoja.



Kuinka muuttaa epämetalleja hopeaksi - suklaan valmistamisen ensiaskeleet

Kuinka lähteä helposti ja nopeasti liikkeelle huipputerveellisen suklaan valmistamisessa?

- 1) Hanki tarvittavat raaka-aineet saatavuuden, budjetin ja tarpeidesi mukaan.
- 2) Kokoa tarvittavat työvälineet ja raaka-aineet pöydälle ja varmistu, että kaikki suklaan valmistamiseen käyttämäsi työkalut ovat täysin kuivia. Pienikin määrä vettä heikentää suklaamassan koostumusta olennaisesti, joten kuivaa varsinkin massan valmistamiseen käyttämäsi kulho ja massan sekoittamiseen käyttämäsi välineet huolellisesti.

Helposti pääset liikkeelle näillä raaka-aineilla:

- Kylmäpuristettu luomulaatuinen kookosöljy
- Kaakaovoi
- Raaka kaakaojauhe
- Kotimainen luomuhunaja
- Maca-jauhe
- Lucuma-jauhe
- Goji-marjat
- Laadukas suola

Huom! Raakasuklaa tarkoittaa suklaata, jonka valmistamiseen käytetyistä aineista yhtäkään ei ole kuumennettu missään tuotteen valmistuksen vaiheessa yli 40 asteen. Esimerkiksi tumma kaakaojauhe tai agavesiirappi on kuumennettu 40 astetta korkeammassa lämpötiloissa, eivätkä ne näin ollen ole "raakoja" raaka-aineita.



Suklaa on enemmän kuin osastensa summa

Toimi näin:

- 1) Käytä pohjana kookosöljyä, jonka sulattaminen on kaakaovoin sulattamista nopeampaa ja helpompaa.
- 2) Kaada kookosöljy kulhoon, lisää joukkoon raaka kaakaopulveri ja maistele suklaan kaakaopitoisuus makuusi sopivaksi.
- 3) Makeuta suklaa kotimaisella luomuhunajalla (voit käyttää myös esim. steviaa, xylitolia, lo haniaa tmv.)
- 4) Lisää joukkoon maca- ja lucuma-jauhe sekä ripaus laadukasta suolaa
- 5) Kun suklaamassan maku on mielestäsi tarpeeksi hyvä, kaada massa lautaselle, jääpalamuotteihin tai erillisiin suklaamuotteihin ja laita massa pakastimeen 20-30 minuutiksi.
- 6) Ota suklaa pakkasesta ja anna suklaan pehmetä hetki huoneenlämmössä. Nauti luomuksestasi!

Huom! Voit katsoa tarkemmat annosmäärät ja suhteet kirjan lopusta löytyvästä reseptiosiota.

Yleisimmät virheet suklaan valmistamisessaSuklaan maku ei ole niin hyvä kuin haluaisin - mitä teen?

Ennen suklaan laittamista pakastimeen tai jääkaappiin, tulee suklaa-alkemistin varmistua suklaan mausta. Eli maistele ja hio suklaasi makua niin pitkään, että siitä varmasti tulee hyvää kun laitat lopulta massan pakastimeen jässähtämään.

Kulho haukkaa vettä valmistusvaiheessa, voinko vielä pelastaa tilanteen?

Riippuen tilanteesta, saatat saada pelastettua suklaasi vielä melkoisen mukavasti. Kaada vetistynyt suklaamassa lautaselle ja laita se pakastimeen. Vesi jäätyy rasvan päälle ja voit yleensä raaputtaa sen melko helposti pois suklaan päältä. Sulata nyt suklaamassa uudestaan nestemäiseen muotoon ja jatka suklaan valmistamista normaalisti.

Suklaan säilyttäminen

Raakasuklaa säilyy jääkaapissa tai pakkasessa helposti useita viikkoja tai kuukausia, eli kerran tehty suklaa ei menetä juurikaan tehoaan tai "pilaannu". Suositelenkin aina tekemään ison annoksen suklaata kerralla, jos et halua kuluttaa ylimääräistä aikaansa keittiössäsi. Kerralla valmistettu isompi annos raakasuklaata on monelle mainio väline makeanhimon kontrollointiin. Kun makeanhimo yllätää, on pakkasesta helppo hakea muutama palanen äärimmäisen terveellistä ja ravinnerikasta raakasuklaata, jonka seurauksena makeannälkä usein helpottaa kerralla, eikä jääkaapilla tarvitse ravata useaan otteeseen. Tämä on alkemian keskeisin idea: muuttaa *epäjaloja tapoja jalommiksi ja puhtaammiksi*, ymmärtäen samaan aikaan tapahtuvien henkisten prosessien merkityksen. Moni nimittäin linkittää esimerkiksi valtavan paljon syyllisyyttä ja muita emootioita suklaan syömiseen. Irti päästäminen syyllisyydentunteesta aiheuttaa monesti alkemistille tärkeimmät ja arvokkaimmat asiat - stressittömyyden ja nautinnon.

Suklaan kuljettaminen ja tarjoilu

Jos joudut kuljettamaan raakasuklaata paikasta toiseen, on aina suositeltavaa käyttää asiallista kuljetusmenetelmää, jotta suklaa ei pääse sulamaan matkan aikana. Varsinkin kookosöljyn pohjalle valmistettu raakasuklaa sulaa suhteellisen nopeasti huoneenlämmössä. Yleensä kuljettamiseen toimii parhaiten kylmälaukku, joka on vuorattu kylmäkalleilla. Talvella saman asian ajaa usein lumella tai jäällä vuorattu kassi tai muovipussi. Varsinkin kesäaikana on suositeltava valmistaa suklaa pääasiassa kaakaovoin pohjalle, jolloin suklaa pysyy paremmin kiinteämmässä muodossa kuin kookosöljyn valmistettu suklaa (muista että kaakaovoin sulamislämpötila on +35 astetta, kookosöljyn +25 astetta).

Parhaimmillaan suklaa tarjoillaan hieman pehmeänä - ei kivikovana, juuri pakkasesta tullessa versiona, koska liian kylmä suklaa peittää ja vaikeuttaa makujen maistamista. Pehmeänä tarjottu suklaa sulaa mukavasti suussa ja tarjoilun yhteydessä kannattaa käyttää talouspaperia, jotta maistaja voi pyyhkiä kätensä paperiin heti raakasuklaan nauttimisen jälkeen.

Raakasuklaan esillepanoon ja esteettisyyteen kannattaa panostaa. Tällöin makunautinnosta saa entistä voimakkaamman. Parhaiten toimivat sydämenmuotoiset suklaamuotit, tunnelmallinen ympäristö ja rakkautta värähtelevä ilmapiiri.

Kuinka muuttaa epämetalleja kullaksi - suklaan valmistamiseen perehtyminen

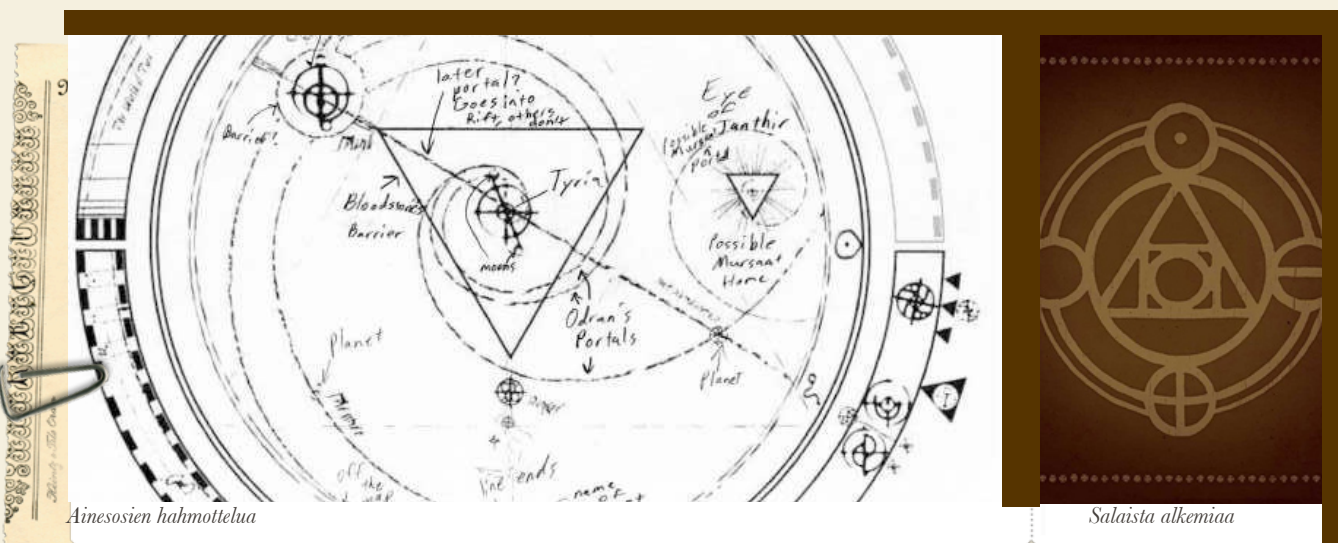
Suklaan valmistamisen perusidean ymmärtämisen jälkeen herää usein halu kokeilla jotain uutta ja erilaista. Peruspalasten ympärille on helppo lähteä rakentamaan kokonaisuutta, jossa keskitytään jo valmiita reseptejä tarkemmin suklaan valmistamisen tarjoamiin mahdollisuuksiin ja aletaan soveltamaan kokonaisuutta enemmän suklaa-alkemistin luonnetta vastaavaan suuntaan.

Edellisessä kappaleessa esitettyjen tekijöiden jälkeen suklaa-alkemiaan perehtynyt henkilö keskittää huomionsa seuraaviin asioihin:

Valmistukseen käytettävien rasvojen suhteet (kookosöljy/kaakaovoi):

- Kookosöljy sulaa kehossamme helpommin kuin kaakaovoi, mutta kaakaovoilla on 10 astetta korkeampi sulamispiste. Kaakaovoi soveltuu erinomaisesti suklaan pohjaksi jos haluamme lisätä säilyvyyttä huoneenlämmössä (niin että suklaa ei sula niin helposti). Mainio suhde näille rasvoille on 3:1 tai 2:1 (kookosöljy - kaakaovoi), jolloin kaakaovoita on sen verran, että se parantaa suklaan säilymistä kiinteässä muodossa huoneenlämmössä, mutta kookosöljyä on kuitenkin enemmän ja vaikutus kehossamme on helpommin imeytyvä. Liiallinen kaakaovoin nauttiminen voi nimittäin olla kehollemme (lymfa-järjestelmälle) hieman turhan tukkiivaa tavaraa, jonka vuoksi erinomaisesti kehossamme sulava kookosöljy on parempi vaihtoehto varsinkin jos haemme suklaan avulla energistä olotilaa. Löydä tasapaino näiden kahden rasvan välillä ja jatka suklaan valmistamista aiemmin määrätietoisemmin haetulle perustalle.

- Kookosöljy sulaa kuumassa vesihauteessa yleensä erittäin nopeasti omassa purkissaan tai kulhon pohjalle kaavittuna. Monella suklaa-alkemistillä ongelmia tuottaa kuitenkin jos kaakaovoita yritetään sulattaa liian matalissa lämpötiloissa (pelkässä lavuaarissa olevassa kuumassa vesihauteessa), varsinkin jos kaakaovoi on kulhossa hiemankin isommissa palasissa. Raasta kaakaovoi siis raastimella niin pieneksi raasteeksi kuin mahdollista tai käytä pilkkomiseen veistä. Lisäksi sulata rasvat kiehuvaan vedessä kelluvassa kulhossa, jolloin rasvat sulavat täysin nestemäisiksi hyvin nopeasti.



Ainesosien hahmottelua

Salaista alkemiaa

Valmistukseen käytetyt makeutusaineet:

- Valitse makeutusaine suklaan teeman mukaan. Jos esimerkiksi haet maitosuklaamaista, pehmeää suklaata, toimii vaalea, juokseva luomuhunaja erinomaisesti. Jos taas haet eksoottisempaa ja koostumukseltaan kovempaa, "napsahtavaa" suklaata, toimii todella kiinteä ja tumma hunaja makeuttamiseen paremmin.
- Kiteiset makeutusaineet (täysruokosokeri, kookospalmusokeri tmv.) toimivat tarvittaessa makeutusaineina, mutta suosi mieluummin kiinteämmän koostumuksen omaavia makeutusaineita (hunajat, siirapit, melassit, nektarit), koska suklaan koostumuksesta tulee huomattavasti parempi näillä. Voit käyttää makeutukseen myös harvinaisempia makeuttajia kuten stevia, xylitoli, erytrioli, nopal kaktus, yacon-siirappi, vaahterasiirappi, inuliini, lou han guo tmv, mutta ole varovainen näiden annostuksen suhteen. Liian suuri määrä voimakasta makeuttajaa voi pilata koko suklaan maun.
- Mitä tummempaa hunajaa käytät makeuttamiseen, sen enemmän siinä on entsyymeitä.
- Lucuma on melko makea hedelmä jauhe, joka toimii hyvänä makeuttajana. Et välttämättä tarvitse erillistä makeutusainetta jos suklaassasi on riittävästi lucuma-jauhetta ja esimerkiksi kuivattuja marjoja (mulperit, gojit tmv.).
- Voit käyttää makeuttamiseen myös kuivattuja hedelmiä, jolloin hedelmät kannattaa pilkkoa veitsellä pieniksi palasiksi ja sekoittaa suklaamassan joukkoon. Mainiosti toimivia kuivattuja hedelmiä mm: rusinat, mango, viikunat, aprikoosit, papaija, goji-marjat, mulperit, inka-marjat, schisandra-marjat, jakkihedelmä ja taatelit.

Valmistukseen käytetyt jauheet:

- Kokeile suklaan joukossa kaikenlaisia marjajauheita. Kotimaiset marjajauheet: mustikka, tyrni, aronia, karpalo, ruusunmarja, mutta myös eksoottisemmat ja huikean ravinnerikkaat mm: camucamu, acai, maqui ja goji.
- Kokeile suklaan joukossa proteiinijauhetta. Esimerkiksi laadukkaat riisi- tai hamppuproteiinit soveltuvat mainiosti, mutta voit käyttää toki myös maustamatonta heraproteiinia. Tällöin suklaa ei kuitenkaan enää ole täysin "raakaa".
- Tuo suklaaseen kermaisuutta yacon- tai riisilese-jauheella.
- Kokeile spirulina- tai AFA-jauhetta suklaassasi. Spirulina/AFA sopii erinomaisesti yhteen kaakaon kanssa ja vastaavan äärimmäisen ravinnerikkaan mikrolevän avulla suklaasta saa kokonaisvaltaisen ja ruokaisan herkun tai välipalan.
- Lisää suklaasi joukkoon erilaisia superyrttejä saadaksesi aikaan mahdollisimman voimakkaita ja vaikutuksia ja tehostaksesi mahdollisia yhteisvaikutuksia. Esimerkiksi lääkinnälliset sienet (kapselissa olevina jauheina): reishi, chaga, maitake, cordyceps, lion's mane tai voimakkaat adaptogeenit mm. shijalit, ginseng, ginko biloba, ashwagandha, gotu kola, tulsi ja rhodiola ovat ehdottomasti kokeilun arvoisia.
- Carob- ja mesquite-jauheet ovat erinomaisia tasapainottajia suklaan joukossa sisältäen reilusti kalsiumia, lysiiniä ja tauriinia. Nämä ravinteet tsapainottavat kaakan korkaa magnesiumpitoisuutta ja piristävää vaikutusta.
- Violetti maissi -jauhe on hyvä tuomaan "paksuutta", ruokaisuutta ja läjäpäin arvokkaita antioksidantteja suklaaseen.

Valmistukseen käytetyt mausteet:

- Kokeile suklaan joukossa mm. seuraavia jauhemuotoisia mausteita: kaneli, chili, inkivääri ja cayanne-pippuri. Varsinkin cayanne ja chili ovat hyviä vesodialaattoreita eli verisuoniemme laajentajia, joilla on todennäköisesti pidempi käyttöhistoria kaakaon kanssa kuin millään muulla ruoka-aineella.
- Voit käyttää suklaasi maustamiseen eterisiä öljyjä, esimerkiksi piparminttu- tai appelsiiniöljyä, jolloin saat suklaaseen huikean voimakkaita makuja pienillä lisäyksillä.
- Vanilja-jauhe on äärimmäisen keskeisessä roolissa herkullisen suklaan raaka-aineena. Lisää aitoa vanilja-jauhetta suklaan joukkoon tai kaavi massa vanilja-papujen sisältä pois tuodaksesi suklaaseesi vaniljan maun. Voit myös liottaa kokonaisia vanilja-papuja hunajapurkissa, niin saat itse valmistamaasi äärimmäisen herkullista vanilja-hunajaa. Vaniljan liukenee tehokkaasti hunajan sokereihin ja antaa huikean hyvän lisän hunajan maulle.
- Sitruhedelmien kuoret sopivat erinomaisesti suklaan joukkoon. Suosi luomulaatuisia hedelmiä ja pese sekä kuivaa hdelmät huolellisesti ennen kuoren raastamista.
- Minttu toimii mainiosti suklaan joukossa (kuivattuna tai tuoreena). Jos käytät tuoretta, kokonaista yrttiä, blendaa suklaamassa tasaiseksi tehosekoittimella, jolloin minttu tasoittuu mainiosti muun massan joukkoon.

Valmistukseen käytettävät kiinteät aineet:

- Raasta kaakaomassaa suklaan joukkoon ja saadaksesi helposti kokonaisvaltaisen ja tasaisen koostumuksen.
- Jos haluat suklaastasi enemmän "sattumia" sisältävän, lisää massaan kokonaisia kaakaonibsejä. Nibsit tuovat mukavaa rapeutta suklaan joukkoon. Voit halutessasi murskata kokonaset kaakaopavut tai kaakaonibsit pienemmiksi huhmarissa. Kokeile lisätä myös erilaisia huhmarissa murskaamiasi pähkinöitä suklaan joukkoon. Esimerkiksi cashw-, saksan-, pekaani- tai parapähkinät toimivat mainiosti - samoin mantelit.
- Kuorelliset hampunsiemenet ovat hyvä keino lisätä suklaaseen rapeaa pureskeltavaa ja runsaasti arvokkaita ravinteita. Kuorettomat siemenet taas tuovat ravinteiden lisäksi pehmeyttä ja ruokaisuutta suklaan joukkoon.
- Mehiläisten siitepöly on yksi huikkeimmista raaka-aineista, mitä suklaaseen voit laittaa ja se toimii äärimmäisen hyvin yhdessä kaakaon kanssa, toimien myös mukavana makeuttajana.
- Jos haet suklaaltasi pehmeän rapsakkaa koostumusta, toimivat blendatut mulperit äärettömän hyvin, tuoden suklaalle herkullisen toffeemaisen maun. Myös goji-, inka- tai kotimaisten kuivattujen marjojen koostumuksesta saa oivallisen käyttämällä apunaan blenderiä (aiemmin esittelemäni miniblenderi toimii tähän tarkoitukseen erinomaisesti). Marjat voi tietenkin pilkkoa tarvittaessa myös leikkulaudan päällä veitsellä.
- Tuore ananas tai kirsikka sopii mainiosti suklaaseen. Lisää tuoreet ananaksenpalat suklaan pinnalle, juuri ennen kuin laitit suklaamassan pakastimeen.
- Voit käyttää suklaasi valmistamiseen myös pakastemarjoja, jolloin hyvä kikka on laittaa muutama jäinen marja esim. jääpalamuotien pohjalle, jolloin kun kaadat suklaamassan muotteihin, jässähtää se käytännössä heti jäisten marjojen vaikutuksesta. Varsinkin mustikka, mansikka ja vadelma soveltuvat tähän tarkoitukseen hyvin.

Valmistukseen käytetyt strategiat

Suklaan koostumus on kaikki kaikessa. Viisasten kivi on suklaata, jolla on täydellisen kiinteä koostumus, homogeeninen maku ja esteettisesti kaunis ulkonäkö.

- Jos haluat täynnä "sattumia" olevaa suklaata, lisää kaikki kiinteät ainekset sellaisenaan rasvojen ja jauheiden joukkoon.
- Jos haluat pehmeää suklaata, jonka koostumus on hieman piparkakkumainen, toimii joukkoon laitettavien kuivattujen marjojen blendaaminen erinomaisena välineenä vastaavan koostumuksen aikaansaamiseksi. Blendaa siis mulperit tai/ja goji-, inka- tai kotimaiset kuivatut marjat tehosekoittimessa pieneksi murumaiseksi jauheeksi ja lisää tämä jauhe suklaamassasi joukkoon (miniblenderi on tähän tarkoitukseen erittäin kätevä väline).
- Jos haluat täysin silkistä ja tasaista suklaata, valmista koko suklaamassa tehosekoittimessa. Kaada sulatetut rasvat blenderiin ja lisää joukkoon jauheet ja haluamasi kiinteät aineet. Sekoita ainekset kiinteäksi kokonaisuudeksi ja kaada sieleä suklaamassa muotteihin.

Alkemistien käyttämien kuvien tavoitteena ei ollut valistaa sen salaisuuksiin vihkiytymättömiä, vaan tarjota aineksia alkemian opit jo tunteville niitä yhä syventävään mietiskelyyn. Ihmisen tulee nousta alkumateriaasta (materia prima) monien valaistumisasteiden kautta omistamaan viisauden puhdas kivi (lapis philosophorum). Vasta se tekee myös mahdolliseksi saada epäjaloista metalleista kultaa ja hopeaa (auringon ja kuun metalleja) ja päästä osalliseksi universaaleista pelastuksen välineistä.

Kuinka luoda viisasten kivi - suklaan valmistamisen todellinen taikuuus

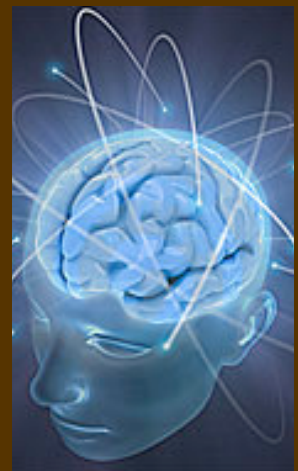
Kullantekijäin unelmana on ollut osata tehdä kultaa, muuttaa niin sanottuja epäjaloka metalleja, kuten elohopeaa, lyijyä ja kuparia hopeaksi ja ennen kaikkea kullaksi. Schän on aina ollut kullantekijäin unelma kuvaannollisesti katsoen, ja he ovat sillä ilmausuneet sen tietonsa, mistä kaikki ihmiset meidän aikanamme ovat vakuuttuneet, nimittäin siitä, että kulta hallitsee tätä aineellista maailmaa. Kellä on kultaa, rahaa, hänellä on valtaa maailmassa.

Kullantekijäin unelma on ollut se onni, valta, menestys, se kaikki, mikä on ollut kaikilla ihmisillä, joilla ei ole kokonaan toisenlaisia tarkoituseriä. Ja sellaisetkin ihmiset, jotka tahtoisivat muuten palvella kaikkea hyvää elämässä oppivat ajattelemaan: kulta hallitsee maailmaa, siis hyväkään ei pääse hallitsemaan maailmaa ennenkuin hyvä hallitsee kullaa. Ne ihmiset huomaavat, että kulta maailmassa on suureksi osaksi sellaisten voimien käsissä, jotka eivät käytä sitä ainoastaan hyvään, vaan myös pahoihin, itsekkäisiin tarkoituksiin. Ja sentähden hyväkin ajattelevat ihmiset saattavat sanoa itselleen: "Kulta pitäisi olla hyvien hallussa."

Alkemistit eivät todellisuudessa ole mitään aineellisen kullaa tekijöitä, se oli heille vain kuin todistus, että he olivat saaneet vallan luonnonvoimien yli. Itse asiassa kukaan ihminen ei voi löytää kullantekemisen taitoa, jollei hän ole suorittanut itsessään alkemistista prosessia, joka on muuttanut hänet yleväksi, jaloksi olennoiksi. He sanoivat: "Kukaan muu ei voi saada valtaa kullaa yli, ei voi oppia tekemään kultaa, kuin se, joka on itsessään voittanut mammonan. Se, joka on sidottu kullaan, tahtoisu itsekkäessä tarkoituksessa kultaa, hän ei voi tulla kullantekijäksi. Kullanteon taito on riippuvainen siitä, ettei ihminen rakasta kultaa kullaa takia."



Viisasten kivi



Neurotransmitterit toiminnassa

Kuinka sitten valmistaa viisasten kivi - täydellisen koostumuksen, maun ja ulkonäön suklaa?

Käydään seuraavaksi jokainen suklaan valmistusvaihe erikseen läpi niin, että kerron samalla miksi tiettyjä alkemistisia tekniikoita oikein käytetään. Jos olet jalostanut itsestäsi adeptin, jonka suklaan tekemiseen liittyvät strategiat liikkuvat seuraavaksi esittelemieni tekniikoiden tasolla, tahdon onnittelaa sinua! Olet todellakin kiinnostunut ja perehtynyt suklaan alkemiaan.

Perustan luominen - rasvat

Haluan alkuksi ylikorostaa, että aina kun valmistamme suklaata, jonka päämääränä on optimaalisen koostumuksen saavuttaminen, vältämme nesteiden sekoittumista suklaamassaan kuin ruttoa! Tykkään itse välillä laittaa työvälineeni hetkeksi jopa kuivuriin varmistaakseni, että ne ovat valmiit rasvojen käsittelyä varten.

Henkilökohaisesti pidän parhaana pohjana suklaalleni 2:1 (kookosöljy - kaakaovo) jakaumaa. Hienonnan kaakaovoin pieneksi veitsellä ja lisään kaakaovoin sekä kookosöljyn metalliseen kulhoon, jonka asetan kellumaan kattilaan. On hyvä ymmärtää, että vakaat saturoidut rasvahapot (kookosöljy/kaakaovo) eivät tuhoudu tai menetä ominaisuuksiaan vaikka ne lämmitettäisiin nestemäiseen muotoon kulhossa, joka kelluu kiehuvaan vesihauteeseen. Itse asiassa tiedämme, että kiehuvan veden lämpötila ei nouse yli 100 asteen ja voimme näin helposti pitää prosessin vakaana ja rasvojen lämpötilan samaan aikaan riittävän matalana.

En laita hellaa kuitenkaan heti alkuun täysille vaan nostan lieden lämmön vähitellen pisteeseen, jossa vesi alkaa kiehua ja yleensä rasvat ovat tässä vaiheessa jo sulaneet nestemäiseen muotoon. Riittävä lämpötila on suklaan oikean koostumuksen kannalta myös tärkeä tekijä, jotta kaikki valmistukseen käytettyjen rasvojen sisältämät rasvahapot varmasti muuttuvat nestemäiseen muotoon. On hyvä tiedostaa, että esimerkiksi kookosöljy ei ole vain yksi "rasva", vaan koostuu useista rasvahapoista (mm. lauriini-, myristiini ja palmitiinihaposta), joilla on ominaiset sulamislämpötilansa. Jos sulatamme esimerkiksi kaakaovoita kuumassa vesihauteessa joka ei ole tarpeeksi lämmin, voi olla että kaikki rasvahapot eivät ole muuttuneet nestemäiseen muotoon, koska emme näe silmällä niitä.

Seuraava tärkeä tekijä on rasvojen homogenointi eli sekoittaminen toisiinsa. Maidonvaahdotin soveltuu tähän tehtävään erittäin hyvin, mutta myös metallinen vispilä tai puinen lusikka toimii mukavasti. Rasvat tahtovat jäähtyessään erota toisistaan jolloin niiden rakenne (suklaan koostumus) heikkenee. Homogenointi taas "tiivistää" rasvoja yhteen ja joukkoon onkin tässä vaiheessa äärettömän hyvä laittaa erilaisia yrttejä likoamaan. Vanilja-pavun sisällön ripottelu rasvojen joukkoon toimii mainiosti, mutta esimerkiksi laakerinlehdet, pau d'Arco tai hampunlehdet soveltuvat myös erinomaisesti vastaavanlaiseen öljyssä valmistettavaan kuumainfuusioon. Tässä vaiheessa rasvojen joukkoon on hyvä lisätä myös esimerkiksi goji-marjoja, jotka kannattaa "avata", tekemällä pieni viilto kuivattujen marjojen kylkeen.

Paras tapa on antaa yrttien ainesosien imeytyä rasvojen joukkoon tässä öljyhauteessa miedoilla lämmöillä muutama tunti. Jos haluat valmistaa itsellesi mainion ihovoiteen, voit käyttää juuri valmistamiasi yrttirasvoja sellaisenaan, mutta suklaa-alkemisti jatkaa matkaansa toki prosessin seuraavaan vaiheeseen eli makeutusaineiden lisäämiseen.

Suklaamassan makeuttaminen - strategiat

Hunaja on paras mahdollinen makeuttaja, kun valmistamme ajan kanssa mahdollisimman kiinteän koostumuksen ja kauniin ulkomuodon omaavaa suklaata. Mitä kiinteämpää hunajaa käytät, sen kiinteämmän koostumuksen se luo jäähtyessään suklaallesi. Varsinkin jos haluat valmistat suklaata, jonka täytyy säilyä huoneenlämmössä hyvin, toimii kova luomuhunaja tarkoitukseen parhaiten.

Tässä vaiheessa mainittakoon, että mitä enemmän sinulla suklaamassassasi rasvoja suhteessa muihin aineisiin, sen kovempi ja “napshtavampi” suklaasta tulee. Jos sinulla taas on suklaassasi paljon jauheita ja makeutta, on suklaa koostumukseltaan pehmeämpi ja enemmän “browniomainen”.

Anna hunajan hautua ja imeytyä rauhassa, koska prosessi ottaa oman aikansa. Yksi keskeinen tekijä, johon voit hyödyttää hunajaa on suolan imeyttäminen. Suola on äärimäisen tärkeä osa kokonaisvaltaista ja tasapainoista suklaata. Ilman suolaa maut hyppivät yksitellen tervehtimään maistelijan makunystyröitä, kun taas laadukkaan suolan avulla makuelämyksestä saadaan kokonaisvaltainen ja voimakkaampi.

Suola liukenee kuitenkin heikosti rasvoin ja murskaamalla suola niin pieneksi kuin mahdollista ja liottamalla se suklaasi makeutusaineeseen, voit parantaa suolan tasaisuutta ja liukenevuutta.

Jauheiden lisääminen

Jos suklaalta haetaan täydellistä koostumusta, en suosittelen tehosekoittimen käyttöä, koska blenderi “ilmavoittaa” suklaamassaa, eikä koostumuksesta tule niin kiinteää ja tasapainoista kuin käsin sekoitettuna. Paras tapa lähestyä jauheiden lisäämistä on sekoittaa kaikki suklaaseen käyttämäsi jauheet keskenään erillisessä kulhossa. Maistele tämän jälkeen jauhesekoituksen maku kuntoon ja ripottele jauhe tiheäsilmäisen siivilän läpi rasvojesi joukkoon. Tämä estää paakkuisten jauheklönttien esiintymisen suklaassasi.

Sekoita suklaamassamassaa samaan aikaan esimerkiksi puulusikalla, niin että massasta tulee mahdollisimman tasainen. Huomaa kuitenkin jauhesekoitusta valmistaessasi, että liika maistelu turruttaa nopeasti makunystyrämme.

Maistele sekoittamasi suklaamassa vielä lopulliseen teräänsä ja ihastele luomustasi!



Yksityiskohtia ja vinkkejä

- Soijalesitiini näyttölee keskeistä roolia suklaan täydellistä koostumusta haettaessa. Lesitiini toimii mainiona emulgaattorina, eli ainesosana joka sitoo yhteen rasva- ja vesiliukoisia ainesosia. Muita emulgaattorin lailla toimivia raaka-aineita ovat mm. maca-, lucuma- ja riisilese-jauhe.
- Yacon-jauhe tuo herkullista kermaisuutta ja maitosuklaamaisuutta suklaamassan joukkoon. Lucuma tuo hyvin samankaltaisia ominaisuuksia herkkusuklaasi joukkoon.
- Mesquite-jauhe tasapainottaa mukavasti kaakaon vaikutusta, koska sisältää runsaasti lysiiniä ja kalsiumia.
- Carob-jauhe tasapainottaa mukavasti suklaata, koska sisältää paljon kalsiumia ja balansoi näin kaakaon runsasta magnesiumipitoisuutta.
- Temperoi suklaasi jos haluat valmistaa esteettisesti optimaalista suklaata. Temperointi saa suklaamassan rasvat kiteytymään entistä tiiviimpään muotoon, mikä vaikuttaa keskeisesti suklaan koostumukseen ja ulkonäköön.
- Kaada suklaamassa tasaisesti valitsemissi suklaamuotteihin. Valitse aina parhaiten juuri kyseistä tilannetta ja ympäristöä palvelevat muotit.
- Ravistele suklaamuotteihin kaatamaasi massaa hieman ennen kuin laitat sen pakkaseen, jotta massan joukossa olleet mahdolliset ilmakuplat häviävät. Täydellisen koostumuksen joukossa ei voi olla tyhjiä "ilmakuoppia".

Suklaan jäädyttäminen ja tarjoilu

- Käytä suklaan jäädyttämiseen kovasta muovista- tai silikonista valmistettuja muotteja. Suklaa irtoaa silikonimuoteista mainiosti, mutta jos valmistat suklaan lautaselle tai erillisiin muotteihin, on hyvä kikka levittää muotien pinnalle ohut kerros kookosöljyä ennen pakastamista. Kun suklaan ottaa pakkasesta ja käyttää lautasta hetken lämpimässä vesihautteessa, irtoaa suklaa äärimmäisen nätisti ohuen kookoskerroksen sulaessa.
- Suklaan jäädyttäminen on parasta suorittaa pakastimessa, jolloin vaikutus on nopeampi ja suklaa "järkytty" helpommin.
- Kun laitat suklaamuottejasi pakastimeen, suojaa ja peitä ne esimerkiksi leikkuulaudalla, jotta pakastimen kosteus ei pääse vaikuttamaan negatiivisesti suklaan pintaan.
- Anna suklaan jäsähtää 1-24 tuntia pakastimessa ja ennen kuin tarjoilet suklaan, anna sen seisoa huoneenlämmössä 15-20 minuuttia tai jopa tunti, koska liian kylmästä suklaasta ei maista aromeita yhtä hyvin kuin sulaneesta herkusta.
- Marmorinen temperointialusta soveltuu erinomaisesti suklaan tarjoiluun, koska kivi sitoo kylmää hyvin ja näin suklaat pysyvät pitkään viileinä seisoessaan marmorilevyn päällä esimerkiksi pöydällä.

Miltä viisasten kiven resepti lopulta voisi esimerkiksi näyttää?

- 2 dl kylmäpuristettua kookosöljyä
- 1 dl kaakaovoita
- 2 rkl kotimaista, kovaa ja tummaa luomuhunajaa
- 1 dl raakaa kaakaojauhetta
- 1 rkl maca- & carob-jauhetta
- 2 rkl mesquite-jauhetta
- 2 rkl pau d'Arcoa
- 1 dl lucuma-jauhetta
- 1/2 tl vanilja-jauhetta ja veitsenkärjellinen suolaa
- 1/4 tl soijalesitiiniä

Valmista rasvaosta kuumainfuusio, jonka joukossa uutat 2 tuntia pau d'Arco yrttiä (2 rkl). Siivilöi yrtti, lisää joukkoon hunaja ja siihen imeytetty suola. Ripottele loput ainekset joukkoon tiheäsilmäisen siivilän läpi samalla sekoittaen. Temperoi suklaamassa marmorisella alustalla pyörittäen suklaamassaa hellävaraisesti puisella lastalla. Kaada massa muotteihin, peitä leikkuulaudalla pakastimessa ja anna jäsähtää 24 tuntia. Irrota suklaa muoteista ja anna seisoa huoneenlämmössä 15-60 min. Tarjoile marmoriselta temperointialustalta leveän hymyn kera.

- 125g kaakaovoita
- 5 rkl kaakaojauhetta
- 3 rkl lucuma-jauhetta
- 2 rkl maca-jauhetta
- 2 rkl kotimaista luomuhunajaa
- Ripaus suolaa
- 3 tippaa eteeristä piparminttuöljyä

- 4 dl kaakaovoita
- 1 kukkurallinen ruokalusikallinen kookosöljyä
- 1 dl cashew-pähkinöitä (murskattuna)
- 1 dl kaakao nibsejä (murskattuna)
- 1 kukkurallinen teelusikallinen maca-jauhetta
- 1 dl lucuma-jauhetta
- 2 kukkurallista teelusikallista kaakaojauhetta
- 1 kukkurallinen ruokalusikallinen kotimaista luomuhunajaa

- 1 rkl kaakaovoita
- 1 kukkurallinen ruokalusikallinen kookosöljyä
- 1 tls juoksevaa kotimaista luomuhunajaa
- 1 rkl sitruunan kuorta
- 1 rkl kaakao-jauhetta
- 1 rkl maca-jauhetta
- 1/2 tls suma-jauhetta
- 1/2 tls muira puama-jauhetta
- 1/2 tls ginkgo biloba-jauhetta
- Hyppysellinen suolaa
- Ripaus chili-jauhetta
- 6 kpl murkattuja para-pähkinöitä
- 3 rkl hampunsiemeniä

- 1dl kaakaovoi (nestemäisenä)
- 2 dl kylmäpuristettu kookosöljy
- 1.5 dl kaakaopavut (blendattuna)
- 1.5 dl goji-marjoja (blendattuna)
- 4 rkl kotimaista luomuhunajaa
- 1 dl mesquite-jauhetta
- 1/2 dl carob-jauhetta
- 2 tl kanelia
- 2 tl kardemummaa
- 1 tl vanilja-jauhetta

- 1 dl kaakao nibsejä
- 4 dl kaakaovoita
- 1/2 dl carob-jauhetta
- 1 tls lucuma-jauhetta
- 1/2 dl kotimaista luomuhunajaa
- 1 tl spirulina-jauhetta
- 1 tl maca-jauhetta
- 2 tl kookosöljyä
- 1 dl cashew-pähkinöitä (murskattuna)

- 2 dl kaakaovoita
- 1 dl kookosrasva
- 3 rkl kotimaista luomuhunajaa
- 2 dl kaakao nibsejä
- 1 kukkurallinen rkl maca-jauhetta
- 1 dl kaakaojauhetta
- 1 dl inka-marjoja
- 1dl lucuma-jauhetta
- Veitsenkärjellinen laadukasta suolaa

Vielä muutamia pieniä variaatioita ja ideoita suklaan valmistamiseen:

- Jätä valmistusvaiheessa suklaamassa niin kiinteäksi, että voit pyöritellä siitä suklaapalloja. Tällöin sidosaineet esim. lesitiini, maca ja lucuma ovat keskeisessä roolissa, jotta saat massasta tarpeeksi tiivistä. Laita valmiit pallot pakastimeen ja tarjoile kauniisti.
- Dippaa suklaamassaan kuivattuja hedelmiä kuten taateleita tai aprikooseja. Huikeimpia pikkunaposteltavia saat poistamalla tuoreista luomutaateleista kiven ja laittamalla taatelin sisälle esimerkiksi yhden kokonaisen para- tai cashew-pähkinän ja dippaamalla koko paketin suklaamassaan. Suklaakuorrutteisat kuivatut hedelmät ovat mielettömän hyvä tapa tarjota ystäville, tuttavillesi tai perheenjäsenillesi unohtumaton makunautinto.
- Liota kuivattuja tai tuoreita hedelmiä alkoholissa tai alkoholiuutteessa (tinktuurassa) ja lisää tällainen hedelmä koristeeksi esimerkiksi ison suklaakonvehdin (suklaakarkki isommassa muffinssipaperissa) päälle. Kirsikat tai lumut toimivat tähän tarkoitukseen erinomaisesti.
- Voit valmistaa alkoholiuutteen (tinttuuran) esimerkiksi vanilja-papujen kuoriosista (jos kaavit vanilja-papujen pehmeän sisustan suklaaseen tai muuhun ruoanlaittoon, säästä aina nämä kuoret). Laita lasipurkkiin vanilja-papuja ja 40% vahvuista, laadukasta vodkaa. Kääntelee purkkia päivittäin 2 viikon ajan ja saat huikean hyvää vanilja-uutetta.
- Laita suklaamuottiesi pohjalle muutama mulperi-, inka- tai kotimainen kuivattu marja niin saat suklaakonvehtiesi sisälle mukavan "yllätyksen". Voit pyöritellä suklaamassa marjan ympärille myös tehdessäsi suklaapalloja.

