



**HAI GIÀ PRESO LEZIONI
di CIOCCOLATO?**

www.lezionidicioccolato.it

Lezione n. 1

Il cioccolato fa bene alla dieta.

Contrariamente a quanto si pensi, il cioccolato può aiutare a rispettare le diete.

Alcuni studi dimostrano infatti che un po' di cioccolato fondente, essendo subito assimilato, invia immediatamente al cervello una sensazione di sazietà.

Lezione n. 2

Chi mangia cioccolato fa bene l'amore.

Diverse testimonianze evidenziano come Giacomo Casanova, il grande seduttore, consumasse del cioccolato prima di andare a letto con ognuna delle sue conquiste perchè lo considerava un potente afrodisiaco. Uno studio pubblicato di recente sembra confermare queste speciali proprietà del cibo degli dei.