



CIOCCOLATE IN TAZZE EQUÉ





Per i Maya **Chokola'j** significava gustare insieme la cioccolata. Ecco allora bevande speciali da assaporare con la mente e immaginare con il gusto, in compagnia. Scaldano l'atmosfera i loro **ingredienti equosolidali e biologici.**

SARABONBO

LE EQUOCIOCCOLATE



GARABOMB
BO



I CONTENITORI



GARABOMB
BO

FILIERE EQUOSOLIDALI



IL CACAO: Cooperativa Manduvirà, Paraguay

Fondata nel 1975 da un gruppo di professori e di contadini, la sua sede si trova nella cittadina di Arroyos y Esteros, in una zona molto fertile, ma povera caratterizzata da una forte emigrazione. Oggi accoglie circa 1.500 soci il 30% delle quali **donne**; gli associati usufruiscono di assistenza medica gratuita e di altri servizi.



FILIERE EQUOSOLIDALI



IL CACAO: Conacado, Repubblica Dominicana

Realtà di contadini che gestiscono insieme alcuni settori della produzione del cioccolato.

La loro positività risiede nella valorizzazione delle **donne** che hanno sviluppato attività autogestite con i sottoprodotti del cacao.



FILIERE EQUOSOLIDALI



ZUCCHERO DI CANNA:
Craft Aid, Isole Mauritius

CRAFT AID è una realtà in cui una parte significativa delle persone che vi lavorano presentano disabilità fisiche o mentali o appartengono alle fasce più deboli della popolazione.



IO MANGIO EQUO. CIOCCOLATA CALDA FONDENTE



INGREDIENTI (4 persone) RICETTA BASE

300 ml latte
50 g **cioccolato fondente** *
70 g **cacao in polvere** *
15 g amido di mais
20 g **farina di riso** *
Zucchero integrale di canna o **miele** *

Sciogli l'amido di mais, la **farina di riso** e il **cacao** nel latte freddo mescolando bene. Sminuzza il **cioccolato** e versalo in un pentolino insieme a tutti gli altri ingredienti (puoi decidere anche di sciogliere il cioccolato a bagnomaria, a parte). Riscalda a fiamma media; mescola e riscalda fino a ottenere la consistenza desiderata. Dolcifica a piacere.



Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**

IO MANGIO EQUO. CIOCCOLATA CALDA ALLA VANIGLIA



INGREDIENTI (4 persone)

- 300 ml latte
- 50 g **cioccolato al latte** o **fondente** *
- 70 g **cacao in polvere** *
- 15 g amido di mais
- 20 g **farina di riso** *
- ½ cucchiaino di **vaniglia** *
- Zucchero di canna** o **miele** *

Per la preparazione della cioccolata segui la ricetta base. Aggiungi al latte la vaniglia in polvere: puoi acquistare anche bacche di vaniglia intere che, poi, pesterei fino a ridurre in polvere.

Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**



IO MANGIO EQUO. CIOCCOLATA CALDA AL PISTACCHIO



INGREDIENTI (4 persone)

- 300 ml latte (anche vegetale)
- 80 g **cioccolato al latte** o **fondente** o **bianco** *
- 80 g **cacao in polvere** *
- 15 g amido di mais
- 20 g **farina di riso** *
- 2 cucchiaini di **pistacchi tritati**
- Zucchero di canna** o **miele** *

Per la preparazione della cioccolata segui la ricetta base. Aggiungi i pistacchi tritati sia durante la preparazione sia per guarnire le tazze anche con un po' di panna montata.



Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**

IO MANGIO EQUO. CIOCCOLATA CALDA BIANCA



INGREDIENTI (4 persone)

- 300 ml latte
- 90 g cioccolato bianco *
- 15 g amido di mais
- 20 g **farina di riso** *
- ½ cucchiaino di **vaniglia** *
- Zucchero di canna** o **miele** *

Per la preparazione della cioccolata segui la ricetta base. Aggiungi al latte la vaniglia in polvere o i semi di 2 stecche. Dolcifica a piacere; arricchisci con panna fresca montata.

Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**



IO MANGIO EQUO. CIOCCOLATA CALDA AL LATTE DI MANDORLE



INGREDIENTI (4 persone)

300 ml latte di mandorle

80 g **cioccolato fondente** *

70 g **cacao in polvere** *

15 g amido di mais

20 g **farina di riso** *

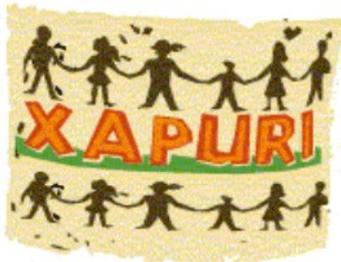
$\frac{1}{4}$ cucchiaino di **vaniglia** o di **cannella** *

Zucchero di canna o **miele** *

Per la preparazione della cioccolata segui la ricetta base. Aggiungi al latte la vaniglia o la cannella in polvere; puoi guarnire con granella di mandorle.

Gli ingredienti con * sono acquistabili in una delle Botteghe della **Cooperativa Garabombo**





Cooperativa Garabombo l'inVISIBILE, per un Commercio Equo e Solidale

Sede legale e amministrativa: via Milano 58 – 22100 Como

P.IVA: 02562380135 REA CO267105 Iscr.AlboCoop.Mut.Prev.A117410

Tel. e fax: 031 308833 email: info@garabombo.it sito: www.garabombo.it