Acqua Frizzante, l'alleato inaspettato per San Valentino

sodastream-spirit-003fe3cc

Il cioccolato, si sa, è l’alimento afrodisiaco per eccellenza, ricco di antiossidanti e di caffeina, due sostanze che possono aumentare il flusso sanguigno e incentivare la libido. Possiamo infatti definirlo agevolmente una sorta di placebo, come sostiene la ricerca condotta dal Neuropsicologo britannico David Lewis, poiché tutti questi elementi permettono l’abbassamento dello stress rendendoci molto più propensi ad incontri d’amore. La cosa che forse è meno nota - lo svela Sodastream, leader nel mondo per la preparazione domestica di acqua frizzante - è che per gustare e apprezzare al meglio il cioccolato gli chef consigliano di accompagnarlo all’acqua frizzante. L’acqua a seconda del livello di gasatura ben si abbina ai differenti tipi di cioccolato. Del resto anche all’ultima edizione di Eurochocolate, fra le più importanti manifestazioni legate al mondo della cioccolateria, è stata sperimentata la degustazione di cioccolati in abbinamento ad acque con diverse intensità di gasatura, perfette per esaltarne il gusto! Quelli fondenti e dal gusto più pastoso vanno abbinati ad acqua con gasatura leggera mentre il cioccolato al latte e gianduia possono essere gustati con acqua più vivace.

Inoltre l’acqua frizzante è ottima nella preparazione di dolci a base di cioccolato perché li rende più soffici. Qui in fondo proponiamo la ricetta della “Torta Soffice frizzante al cioccolato”. Ma non è questo l’unico motivo per cui a San Valentino quando si parla di bollicine non si intende lo champagne ma l’acqua frizzante. Anche la scienza ci dice infatti che, mentre l’alcol influisce negativamente sulla qualità dell’incontro,un bicchiere d'acqua aiuta a migliorare le prestazioni sessuali, se poi gasata è ancora meglio. La ragione di questa inaspettata importanza sta proprio nell’idratazione; infatti la mancanza di sali minerali, non opportunamente reintegrata, può provocare un calo di energie, tanto da compromettere le prestazioni sessuali. I soggetti più a rischio sono gli uomini, che a differenza delle donne, sudano maggiormente, arrivando a perdere fino a un bicchiere di liquidi. Per questo è importantissimo avere sempre a porta di mano un buon bicchiere d’acqua gasata. E il risultato è garantito!

Il dottor John Leiper, esperto inglese di idratazione dell'Università di Aberdeen, ha condotto uno studio sul legame tra l'assunzione di acqua e l'attività sessuale: se infatti 9 adulti su 10 bevono dopo aver fatto jogging, soltanto 4 su 10 assumono dell'acqua dopo un rapporto sessuale. Pochi si rendono conto di quanto un'attività sessuale intensa e regolare comporti disidratazione, al pari di un allenamento sportivo. Fare l'amore per mezz'ora prevede lo stesso sforzo di una corsa di tre miglia. Pertanto è assolutamente necessario ripristinare la quantità di acqua presente nel nostro corpo.

Ecco infine qualche consiglio per vivere la serata di San Valentino al top:

• Occhio all’alcol che se può sembrare un alleato in quanto inibitore di timidezze, ma può anche rovinare tutto sul più bello.
• Piuttosto sì a una buona idratazione, soprattutto quando la temperatura tra voi raggiungerà il massimo, permetterà di prepararsi al meglio al momento più romantico
• si anche ai cibi afrodisiaci come il cioccolato abbinato all’acqua frizzanteper una migliore degustazione; evitare invece cibi pesanti e in generale non esagerare per compromettere la digestione
• l’acqua frizzante permette anche di digerire meglio e di avere una bocca a prova di bacio

E per chi vuole sorprendere il/la partner con un dolce fatto in casa, la **ricetta della“Torta Soffice frizzante al cioccolato”:**

• 325 g di farina per dolci
• 150 g di zucchero semolato
• 25 g di cacao amaro
• 5 uova medie
• 125 ml di acqua frizzante
• 125 ml di olio di semi di arachidi
• 8 g di lievito per dolci
• un pizzico di sale
• zucchero a velo q.b.

Preparazione:
Separare tuorli da albumi. Montare a neve gli albumi aggiungendo un pizzico di sale. Sbattere quindi i tuorli aggiungendo dello zucchero semolato durante l’operazione per poi completare l’impasto con acqua frizzante (gasata a piacimento con il gasatore Sodastream), olio di semi d’arachidi e cacao amaro. A questo punto andrà unita la farina per dolci e il lievito. Mescolare bene fino ad eliminare tutti

i grumi.Aggiungere gli albumi montati. Imburrare uno stampo a ciambella di 25 cm e versarci l’impasto ottenuto.
Cottura: forno a 180° per circa 40 minuti.