

Ἡ ἐνέργεια τῆς σοκολάτας ἐπὶ τοῦ ὄργανισμοῦ εἶνε ὄλως διάφορος τῆς τοῦ τείου καὶ τοῦ καφέ, ὅπως εἶδομεν εἰς τὰς περὶ αὐτῶν περιγραφάς. Εἶδομεν ἐκεῖ, ὅτι αἱ δύο αὐταὶ οὐσίαι ἐνεργοῦσι διεγερτικῶς ἐπὶ τοῦ νευρικοῦ συστήματος· ἡ σοκολάτα ὅμως ὡς ἐκ τῶν θρεπτικῶν οὐσιῶν τὰς ὁποίας ἐνέχει, λευκώματος καὶ λίπους, καὶ τοῦ ὀλίγου ποσοῦ τῶν ἀλάτων καὶ τῶν διεγερτικῶν οὐσιῶν, δύναται νὰ θεωρηθῆ ὡς ποτὸν πρῶτατα διεγείρον καὶ ἰσχυρότατα τρέφον· ὡς τοιοῦτον δὲ συνκλωνίζεται καὶ μετ' αὐτοῦ τοῦ γάλακτος. Διότι δὲ ἐν μικρῷ ὄγκῳ περιέχει πολλὰς θρεπτικὰς οὐσίας, πρὸς δὲ καὶ διότι εἶνε εὐπεπτος, ἀναψυκτικὴ διὰ νοσοῦντας καὶ υγιεῖς καὶ διατηρεῖται καλῶς, εἶνε κατάλληλος εἰς ἐκδρομὰς, ταξείδια κτλ. Εἴπομεν ἐνταῦθα τὴν σοκολάταν εὐπεπτον εἰ καὶ περιέχουσαν μέγα ποσὸν λίπους, τοῦτο δὲ διότι ἡ ἐνέργεια αὕτη τοῦ λίπους ἀντισοροπεῖται διὰ τῶν συνεμβαλλομένων ἀρωματικῶν οὐσιῶν, καὶ ἐπομένως δύναται νὰ πεφθῆ ὑπὸ στομάχων οὐχὶ τόσων εὐαισθητῶν καὶ εὐπαθῶν, ὅπως τὰ λιπαρὰ κρέατα καὶ οἱ λιποβριθεῖς ζῶμοι μετὰ τὴν προσθήκην τῶν διαφύρων ἀρτυμάτων καὶ καρυκευμάτων. Τὰς τυχόν διεγερτικὰς ιδιότητάς τῶν ἐν τῇ σοκολάτᾳ ἀρωματικῶν οὐσιῶν ἀποφεύγομεν προσθέτοντες περισσότερον ὕδωρ ἢ γάλα.

Ὅπως ὁ καφὲς καὶ τὸ τείον, οὕτω καὶ ἡ σοκολάτα νοθεύεται συχνότατα ὑπὸ τῶν ἐμπόρων. Ἄμυλον ἐκ φακῆς, πίσων, σάγου, γαιωμήλων, ὄρυζα, ἀραβόσιτος, κόμμι, σάλεπι, ταπιόκα, μαραντάμυλον, μιγνυόμενα μετὰ βουτύρου κοινού, λίπους, ρόκκου ὠάν, ἐλαίου ἐλαιῶν ἢ ἀμυγδάλων, ἐνίοτε μετὰ κρητίδος ἢ κιμαλίας γῆς καὶ κεχρωματισμένα διὰ λεπτῆς κόνεως κεράμων (κουρασανίου) ὄχρας, κινναβάρους, θεικοῦ ὑδραργύρου ἔτι δὲ καὶ ἀμμίου (ἐρυθροῦ ὀξειδίου τοῦ μολύβδου) ἀποτελοῦσι τὰ κυριώτερα τῆς νόθου σοκολάτας συστατικά, ἐνίοτε δὲ καὶ τὰ μόνα.

Τὰς νοθείας ὅμως καὶ δολιότητάς ταύτας ἀναγνωρίζομεν εὐκολώτερον τῶν τοῦ καφέ καὶ τείου διὰ τῆς ὄψεως, ὀσμῆς, γεύσεως, τοῦ μικροσκοπίου κ. λ.

Ἐὰν τὰ πλινθία τῆς σοκολάτας εἰσὶν ἀμιγῆ τῶν ἄνω οὐσιῶν, θρυζόμενα δεικνύουσι ἐπιφάνειαν λεῖαν, χρώματος ὀρθροῦ ἢ ξανθίζοντος· τὰ νοθευόμενα δὲ ἔχουσι ἐπιφάνειαν ἀδρᾶν, κοκκώδη, ὑπόρριον μᾶλλον, ἐὰν δὲ περιέχουσι καὶ ὀρυκτὰς οὐσίας ἢ ἐπιφάνεια φέροι ἐρυθρὰς γραμμὰς ἢ αὐλακὰς. Ἐνίοτε ἡ διάτομος ἐπιφάνεια

τῶν πλινθίων φαίνεται ὑπόλευκος καὶ μαρμαίρουσα· τὸ τοιοῦτον ἐξαρτώμενον ἐκ τῆς λίαν θερμῆς εἰς τύπους συμπήξεως αὐτῶν δὲν εἶνε καλὸν σημεῖον. Ἐὰν ἀπὸ τῶν σπερμάτων τοῦ κακάο ἀφρήθη τὸ βούτυρον, ἀντ' αὐτοῦ δὲ εἰσῆχθη ἐν τοῖς πλινθίοις λίπος, ἔλαιον, κοινὸν βούτυρον, ἢ σοκολάτα ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἔχει βαρεῖαν, ταγγὴν ὀσμὴν. Ἐὰν τὰ σπέρματα, ἐξ ὧν ἐπήχθησαν τὰ πλινθία ἦσαν κακῆς ποιότητος, ἀκάθαρτα, ἢ ἐφύχθησαν ὑπὲρ τὸ μέτρον, τότε ἡ ὀσμὴ τῆς σοκολάτας εἶνε ἐμπυρευματικὴ, ἢ γεύσις βαρεῖα καὶ δριμύεια, τὰ πλινθία δὲ τρίζουσι μετὰ τῶν ὀδόντων.

Οἱ κόκκοι τοῦ ἀμύλου τοῦ κακάο διακρίνονται διὰ τὸ μικρότατον αὐτῶν μέγεθος ἀπὸ τῶν κόκκων τοῦ ἀμύλου, τῶν γαιωμήλων καὶ ἄλλων. Τὴν διὰ κοινού ἀμύλου ἢ ἀλεύρου νοθεῖαν ἀνακαλύπτομεν εἴτε διὰ τοῦ μικροσκοπίου εἴτε διὰ χημικῶν μέσων, ἐπιχέοντες π.χ. εἰς διάλυσιν σοκολάτας ἐν ὕδατι θάμμα ἰωδίου· ἐὰν σχηματισθῆ κυανοῦν χρῶμα ζωηρὸν τότε περιέχει ξένον ἄμυλον ἢ ἄλευρον. Ἡ λεπτὴ κόνις τῶν κεράμων ἢ πλινθίων, ἢ ὄχρα, τὸ ἄμμιον καὶ τὰ παρόμοια σχηματίζουσι εἰς τὴν ὕδατὸν διάλυσιν τῆς σοκολάτας κατακάθισμα ἐρυθρὸν. Τὸ ἄμμιον ἀνιχνεύομεν ῥίπτοντες τεμάχιον αὐτῆς ἐπὶ ἀνημέμων ἀνθράκων, ὅτε ἀναπτύσσεται θειώδες ὄξυ (ἀναγνωρίζομενον ἐκ τῆς διαπεραστικῆς αὐτοῦ ὀσμῆς). Σοκολάτα, ἣτις βραζομένη μετ' ὕδατος γίνεται λίαν πηκτὴ εἶνε ἀπορριπτέα, διότι περιέχει ἄλευρον καὶ παρομοίας οὐσίας. Ἀπορριπτέα τέλος εἶνε καὶ τὰ πλινθία τὰ ὑπ' ἐντόμων ἢ καμπῶν διαθεβρωμένα διότι καταδεικνύουσι νοθεῖαν ἢ κακὴν παρασκευήν.

Πῶς δὲ ἡ σοκολάτα βράζεται μᾶς διδάσκει ὁ κ. Παυλίδης ἐν σελίδι 47 τοῦ φυλλαδίου του.

«Διὰ νὰ θράσῃ σοκολάταν ἐτοιμάζεις εἰς κόβιν μέρος αὐτῆς, τὸ ὅποιον θέτεις εἰς εὐρύχωρον ἀγγεῖον· ἀκολουθῶς εἰς ἕτερον μετάλλινον ἀγγεῖον θέτεις ποσὸν ὕδατος ἀνάλογον τῆς προσδιορισθείσης σοκολάτας, τὸ ὅποιον θέτεις εἰς τὸ πῦρ καὶ λαμβάνει μίαν θράσιν· ἐκ τοῦ ζέοντος ὕδατος χύνεις μικρὰν ποσότητα ἐντὸς τοῦ ἀγγείου εἰς ὃ εὐρίσκεται ἡ κόνις τῆς σοκολάτας, μετὰ δὲ ταῦτα λαμβάνεις κοχλιάριον καὶ θλίβεις τὴν ἐντὸς τοῦ ὕδατος κόνιν ἕως οὗ γείνη ἀρκετὴ ἔνωσις αὐτῶν εἰς εἶδος γαλακτώματος· χύνεις δὲ τοῦτο ἐντὸς τοῦ ἐπὶ τοῦ πυρὸς μεταλλίνου ἀγγείου τοῦ περιέχοντος τὸ μεγαλύτερον μέρος τοῦ ὕδατος καὶ ἀφοῦ λάβει ἡ ἔνωσις αὕτη 2-3 κοχλῆσεις τότε ἡ σοκολάτα εἶνε ἐτοίμη πρὸς πόσιν. Τὸν αὐτὸν τρόπον θέλεις ἀκολουθῆσαι εἰς τὴν μετὰ γάλακτος βράσιν. Ὁ ἐπιθυμῶν ἀφροδῆ τὴν σοκολάταν, ἀνάγκη νὰ προμηθευθῆ βραστήριον (μπρίκι) μετὰ ζύλινον τροχίσκον. Τοιαῦτα δὲ

ἐπιγραφόμενον «Πλυκυσματοποιεῖον Σ. Παυλίδου καὶ Σ'», κτλ. κατασκευάζονται τὰ ἑξῆς: εἶδη σοκολάτας· ἐν τῷ εἰρημένῳ καταστήματι· α' σοκολάτα μετὰ βανίλλιαν, β' σοκ. τῆς ὕλης, γ' σοκ. γεμιστὴ μετὰ πρᾶλινε praline, δ' σοκ. μετὰ κρέμα, ε' σοκ. μετὰ πιστάκι, ζ' σοκ. εἰς πατιλλίας (μετὰ βανίλλιαν), ζ' σοκ. εἰς πατιλλίας (τῆς ὑγιείας), η' σοκ. κρυσταλλωμένη. Τέλος πωλεῖται ἐν αὐτῷ καὶ κακάον καθαρόν.

ἀν καὶ ὀλιγοδάπανος, ἔψευσε τὴν κοινὴν δόξαν, ὅτι ἀγνῶς ἀρπαγῆς δὲν εἶχε τὰς χεῖρας. Δύο ἦσαν, ἔλεγε, τὰ κατορθώματά του ἐπὶ τοῦ ἀγῶνος· συνήθισε τοὺς χωρικοὺς τῆς Πελοποννήσου νὰ μὴ φεύγωσι βλέποντες Τούρκους καὶ νικώμενοι νὰ μὴ προσκυνώσι. Τοιαύτη ἦτο ἡ ἐν τῇ συνελθείσει ὑπερισχύουσα καὶ ἐν δημοφροσύνῃ ἐργαζομένη τριανδρία.<sup>1</sup>

## ΤΕΛΕΥΤΑΙΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΑΙ ΠΑΤΡΟΣ ΠΡΟΣ ΤΑ ΤΕΚΝΑ ΤΟΥ

(M. de Chasseloup-Laubat.)

... Σεῖς δὲ, ὦ προσφιλεῖ μου τέκνα, τὰ ὁποῖα θὰ μείνετε πολὺ νέα, φεῦ! μετὰ τὸν θάνατόν μου, ἀναγινώσκετε ἐνίοτε τὰς τελευταίας ταύτας σκέψεις τοῦ πατρός σας. Μένετε πάντοτε ἠνωμένοι. Κανὲν συμφέρον ἅς μὴ σᾶς διαχωρίσῃ ποτὲ, τὰ πάντα δὲ ἅς μένωσι κοινὰ μεταξὺ σας ὅσον τὸ δυνατὸν πλεῖότερον καιρὸν. Ἀγαπᾶτε καὶ ἐπιμελεῖσθε τὴν μητέρα σας· ὑποστηρίξατέ την, ἀφιερῶθητε εἰς αὐτήν. Πρὸ παντὸς ἄλλου ἐστὲ τίμιμοι, φιλαλήθεις, εὐθεῖς· τὸ ὄνομα, τὸ ὁποῖον φέρετε, ὑπῆρξεν ἀκηλίδωτον πάντοτε. Ἐστὲ ἄξιοι αὐτοῦ.

Ἐάν ποτε ἔχητέ τινα ἰκανότητα, ἀποφύγετε πᾶσαν μχταιοφροσύνην· τηρήσατε διὰ παντὸς χαρακτῆρα ἀνεξάρτητον· ἐστὲ οἰκονόμοι καὶ σώφρονες· μὴδὲ πλάσσετε εἰς ἑαυτοὺς ἐπεισάκτους ἀνάγκας. Ὁ τίμιος ἄνθρωπος γνωρίζει νὰ ἦνε εὐλικρινής. Δὲν γνωρίζω ποῖαν περιουσίαν θὰ ἔχετε μίαν ἡμέραν· ἀλλ' εἴτε μεγάλη εἴτε μικρὰ εἶνε, κατορθώσατε νὰ κανονίσῃτε τὸν βίον σας συμφώνως μὲ αὐτήν. Ἐργάζεσθε δὲ πάντοτε, ἐργάζεσθε! Ἐπὶ τέλους ἐστὲ ἄνδρες, ἄνδρες ἐλευθεροί· καὶ ἂν ἡ τύχη σᾶς φέρῃ εἰς τὴν κυβέρνησιν τῶν ὁμοίων σας, μείνατε ἀπλοῖ ἐν τῇ ἐξουσίᾳ, οὐδέποτε θεραπευτικοὶ πρὸς τοὺς ἀνωτέρους σας, πάντοτε δ' εὐμενεῖς πρὸς τοὺς ἄλλους. Ἐάν δ' ἐκλήθητε ὑπὸ τῆς Θεῆας Προνοίας εἰς τὸ νὰ προσφέρετε ὑπηρεσίας τινας εἰς τὸν τόπον σας, εὐχαριστήσατε μὲν αὐτήν ἐν πάσῃ ταπεινοφροσύνῃ διότι σᾶς ἐξέλεξεν ὄργανα τῶν βουλῶν αὐτῆς, ἀλλὰ μὴ υπερηφανευθῆτε διὰ τοῦτο. Οἱ κενόδοξοι καὶ οἱ ἀυλικοὶ εἶνε οἱ ἐπικινδυνότεροι ἐχθροὶ τῆς φιλτάτης ἡμῶν πατρίδος.

Δ.

## ΜΑΝΙΑΤΙΚΗ ΚΑΤΗΧΗΣΙΣ

Πρὸς τὴν ἐρώτησιν τῆς μανιατικῆς κατηχήσεως: «Τίς εἶσαι;» ἡ ἐντελής ἀπάντησις εἶνε: — Ἐλευθερὸς ἀνὴρ. «Ποῦ στηρίζεται ἡ ἐλευθερία σου;» — Εἰς τὴν ἀνάμνησιν τῶν προγόνων μου. «Ποῖοι ἦσαν οἱ πρόγονοί σου;» — Σπαρτιαταί. «Ποῖα εἶνε τὰ καθήκοντα τοῦ μανιάτου;» —

Σέβας πρὸς τοὺς γέροντας καὶ τὰς γυναῖκας, περιθαλψίς τῶν γονέων, σκέψις πρὸ τῆς ὑποσχέσεως καὶ πίσις περὶ τὴν ἐκτέλεσιν αὐτῆς, ἐκδίκησις τῶν προσβολῶν καὶ ἀγάπη τῆς ἐλευθερίας, ὡς μεγίστου ἀγαθοῦ, μέχρι θανάτου.<sup>1</sup>

## ΔΗΜΩΔΕΙΣ ΠΑΡΟΙΜΙΑΙ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΓ. ΠΕΡΙ ΤΩΝ ΜΗΝΩΝ ΤΟΥ ΕΤΟΥΣ

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

Τ' αἰ Νικολοβάρβαρα κάνει νερά καὶ χιόνια.

Ἄπο τῆς ἑορτῆς δῆλον ὅτι τῆς ἀγίας Βαρβάρας (4 Δεκεμβρίου) μέχρι τῆς τοῦ ἁγ. Νικολάου (6 Δεκ.) Καὶ ἄλλως:

Γ' αἰ Νικολοβάρβαρα οἱ τοῦχοι ὄρναινον, μὰ ἴς τὰ Φωτοκάλαντρα ἀποξυλόνουν.

Φωτοκάλαντρα, αἱ δώδεκα ἡμέραι ἀπὸ τῶν Χριστουγέννων μέχρι τῶν Θεοφανίων. Ὁμοίαι εἶναι καὶ ἡ ἀκόλουθος:

Ἢ Βαρβάρα βροβαρίζει καὶ ὁ Σάββας σαβανώνει κα' ὁ Νικόλας παραχώνει.

Ἡ σημασία τῶν λέξεων τούτων, αἵτινες βεβαιωμένως ἐτέθησαν χάριν τῆς παραχίσεως, εἶναι περίπου ὅτι ἀπὸ τῆς 4ης μέχρι τῆς 6ης Δεκεμβρίου ἐπικρατεῖ ψυχὸς δριμύ καὶ χιών. Καὶ ἡ ἐπομένη παροιμία ἐκφράζει εἰκονικῶς ὅτι κατὰ τὴν ἑορτὴν τοῦ ἀγίου Νικολάου πάντοτε σχεδὸν χιονίζει.

Ὁ αἰ Νικόλας ἀσπρίζει τὰ γένεα του.

Διὰ τὴν αἰτίαν ταύτην καὶ γέρος ἐνίοτε ἀποκαλεῖται ὁ ἅγιος Νικόλαος, ὡς ἐν τῇ ἀκολουθῷ παροιμίᾳ:

Πότε εἶναι ἡ καρδιά τοῦ χειμῶνος;

Ἐμπρὸς ὀπίσω τοῦ Χριστοῦ, τοῦ γέροντος Νικόλα.

Ἦτοι ὁ ἀνώτατος βαθμὸς τοῦ ψύχους παρατηρεῖται συνήθως ἡμέρας τινὰς πρὸ ἢ μετὰ τὰ Χριστούγεννα, καὶ κατὰ τὴν ἑορτὴν τοῦ ἀγίου Νικολάου. Τὴν αὐτὴν ἰδέαν καὶ ἄλλως ἐκφέρει ἕτέρα παροιμία:

Γύρω-γύρω τοῦ Χριστοῦ ἡ κορφή τοῦ χειμῶνος.

ἢ:

Νικολίτσα Βαρβαρίττα, ἔμπρὸς ὀπίσω εἶν' ὁ χειμῶνας.

\* Χειμωνιάτικη Γέννα, καλοκαιρινὴ χαρὰ.

Ἔταν κατὰ τὴν ἑορτὴν τῶν Χριστουγέννων ὁ χειμὼν ἦναι δριμύς, τὸ θέρος εἶναι εὐάρεστον.

\* Χριστούγεννα χριστόγινα, Φῶτα φωτεινά, Ἀποκρητὶς ἀποκλεισταίς, Λαμπρὰ καλοεργημένη, εἶν' ὁ χρόνος ὁ καλός.

Τὸ ἔτος προμηνύεται εὐτυχὲς ὅταν κατὰ μὲν τὰ Χριστούγεννα χιονίζῃ, κατὰ δὲ τὴν ἑορτὴν τῶν Θεοφανίων ὁ καιρὸς ἦναι εὐδιδος, κατὰ τὸ Πάσχα βροχερὸς, καὶ κατὰ τὰς Ἀπόκρεω βροχαὶ ῥαγδαίωταται ἀποκλείουσι τοὺς ἀνθρώπους ἐν ταῖς οἰκίαις των.

1. Ἱστορ. τῆς Ἑλλάς. Ἐπαναστ. σελ. 5. Στ. οὐρά.

1. Ἱστορ. τῆς Ἑλλάδος σελ. Κ. Μ. Βαρθολομ. β'.