**Мороженое против стресса**

Науке стало ясно, почему дети, да и взрослые любят мороженое: оно великолепно снимает стресс. Молоко и сливки содержат триптофан – эффективный природный транквилизатор, успокаивающий нервную систему, поднимающий настроение, помогающий справиться с бессонницей.

Что же касается шоколада, который нередко украшает наше любимое холодное лакомство, то долгое время считали, что он воздействует на мозг подобно наркотику. Дурная слава тянулась за шоколадом и какао с тех пор, как калифорнийский фармаколог Пианелли и его коллеги обнаружили в бобах какао вещества, сходные с некоторыми компонентами марихуаны. Однако в конце прошлого года группа американских ученых из Института химии биомолекул «реабилитировала» шоколад и какао: оказалось, что концентрация в них злосчастных соединений крайне низка, к тому же большинство их разлагается в желудке, не достигая мозга. Зато другие исследователи нашли в шоколаде вещество, родственное гормону адреналину. Оно повышает кровяное давление, делает более частым пульс, то есть является природным стимулятором, как кофеин.

История мороженого началась давно: уже 3 тысячи лет назад в домах богатых китайцев подавали в качестве изысканного десерта сладкий сок свежих фруктов, смешанный со снегом или льдом. Таким же угощением потчевали Александра Македонского во время походов в Персию и Индию. Гиппократ писал, что это лакомство «излечивает вялость».

Потом мороженое покорило Европу – благодаря прославленному венецианскому путешественнику Марко Поло, который привез рецепт охлажденного шербета из Китая. В Италии оно быстро стало излюбленным кушаньем в знатных домах. Впоследствии мороженое научились готовить круглый год, в него стали добавлять молоко, сливки, сахар, ароматические вещества и даже цветы.

Настоящее сливочное мороженое изобрели при Наполеоне III. Знаменитый пломбир тоже родом из Франции – он получил свое название по своему «месту рождения» - городу Плобьер-Ле-Бем.

Страсть к мороженому переняли немцы и австрийцы. Именно уроженцам Австрии принадлежит идея создания шоколадного мороженого. Итальянцы, великие любители смешивать самые невероятные продукты, придумали мороженое-ассорти – с добавками фруктов, орехов, ликера и кусочков печенья.

В Америку рецепты изготовления мороженого попали с английскими переселенцами. Широкое распространение оно получило в XIX веке, когда были изобретены холодильные машины, разработаны способы получения и хранения льда. В то же время английский изобретатель Томас Мастерс изобрел машину для мороженого.

В 1904 году в городе Сент-Луис проходила международная выставка мороженого, на которой демонстрировался первый автомат для выпуска вафельных стаканчиков. Так появилось мороженое в стаканчиках, называемое «пирожок эскимоса». Спустя 4 года стали выпускать мороженое на палочке.

В России издавна существовали свои рецепты мороженого. Еще в Киевской Руси подавали к столу мелко наструганное замороженное молоко. Мороженое, в классическом понимании этого слова, пришло в Россию из Франции и прочно обосновалось в меню российской знати. Книги по кулинарии тех времен содержат различные рецепты приготовления этого лакомства. Например, рецепт земляничного мороженого можно найти в оригинальной книге «Старинная русская хозяйка, ключница и стряпуха», изданной в 1794 году в Санкт-Петербурге.

Сегодня мороженое вырабатывают почти во всех странах мира. Рецептура его может быть очень сложной: ведь компонентов, используемых в производстве продукта, более 200.

По составу оно бывает:Второй показатель качества – степень взбитости мороженого. Если она низкая, то морожное имеет неприятную ледяную структуру, быстро тает и приобретает снежный налет.

Еще одно направление – создание новых диетических сортов мороженого. К ним относятся низкокалорийные сорта с пониженным содержанием жиров, сахара, обогащенные минеральными и витаминными комплексами.

Приятно сознавать, что сегодня у российского покупателя появилась возможность попробовать настоящее суперэлитное мороженое марки «Мевенпик», выпускаемое в Германии компанией «Scholler». Рестораны многих дорогих отелей в Москве с удовольствием закупают это мороженое для своих посетителей.

Но и российские производители стараются не терять своих позиций на рынке мороженого. Продукция подмосковного комбината «Жуковское мороженое» всегда была очень вкусной, а теперь, создав совместное предприятие с Nestle, вооружившись современным оборудованием и сохраняя российские традиции, «Жуковское мороженое» занимает одно из лидирующих мест по качеству и разнообразию. Например, уникальное мороженое «Квасок» обладает вкусом настоящего знаменитого русского кваса.

Самое известное мороженое - «Кимо» («Нестле») – выпускается с летним наполнителем – черной смородиной. Для малышей компании разработала веселое двухцветное мороженое на палочке «Почемучка», состоящее из апельсиновой и клюквенной половинок.

Нового мороженого в Москве сегодня очень много – даже самому увлеченному любителю этого лакомства не удается перепробовать за лето все предлагаемые виды и сорта.