

Прочитайте тексты 1—4. Выберите номер текста, отвечающего на вопрос.

Qui dit que le chocolat ne doit pas être consommé à toute heure malgré sa valeur nutritive?

1. Julie: «Le chocolat rime avec le plaisir. De plus c'est un produit qui est bon pour la peau: les propriétés du chocolat en font un produit utilisé pour les soins du corps et du visage notamment pour faire des masques. Le masque au chocolat va donner une belle couleur à votre visage. C'est simple, c'est bon et ça sent bon. C'est aussi une excellente idée cadeau pour faire plaisir à votre maman ou à votre fille.»

2. Claire: «On ne l'a pas pris tout au long de notre enfance pour le compagnon de nos dents. Erreur radicale. Comme bien d'autres aliments (pain, pommes de terre etc.) le chocolat peut, peut-être, favoriser certaines maladies des dents et ça si vous oubliez votre hygiène quotidienne. En revanche, il contient des matières qui luttent contre les bactéries qui sont dans la bouche. De plus, il fond vite, et s'il est au lait il apporte du calcium.»

3. Lara: «Combien d'études avez-vous entendues concernant le chocolat? Je sais, toutes ces études semblent se contredire. La chose qui m'irrite le plus est que les fabricants n'inscrivent pas la quantité de caféine. Alors, à chaque fois qu'un enfant mange du chocolat, il mange une quantité inconnue de caféine. Dans le chocolat, plus de 50% de sa composition est du gras. Donc, c'est beaucoup de calories. Un autre problème qui peut survenir avec la consommation du chocolat vient du fait qu'il contient certaines matières qui provoquent des allergies. Comme dernier point négatif, il faut savoir que ça peut être très dangereux pour les chiens.»

4. Emilie: «Le chocolat est une véritable source d'énergie car il contient des matières qui seront transformées en énergie, des minéraux qui augmentent la résistance du corps au stress, qui luttent contre le vieillissement et prolongent la durée de vie. Malgré ces effets il est préférable de le consommer en fin de repas ou à l'heure du goûter. Mieux vaut choisir un chocolat noir, riche en cacao donc pauvre en sucre. Si votre préférence va au chocolat au lait, il vaut mieux en choisir des variétés peu sucrées.»

1) 1 2) 2 3) 3 4) 4

