

Waarom is het zo moeilijk om niet te snoepen?

Zeggen je ouders weleens dat je geen snoepje meer mag? Of dat die zak chips echt niet leeg hoeft? Voortaan kun je antwoorden dat het je hersenen zijn die willen dat je zoetheid eet. Die zijn er de schuld van dat je een heel pak koekjes leeg zou willen eten.

Je hersenen hebben brandstof nodig, net als de rest van je lichaam. Uit eten halen ze energie. Maar niet in al het eten zit evenveel energie. In zoet en vet eten zit het meeste. Elke keer als je dat eet, worden je hersenen dus blij. Je hersenen gaan dan een stofje maken dat dopamine heet. Dopamine geeft je een fijn gevoel. Daarvan wil je natuurlijk alleen maar méér. Dus ga je door met chips eten. Tot de zak helemaal leeg is.

Daarom zijn lekkere dingen als snoep, chips en ijs verslavend. Zelf weet je best dat het niet goed voor je is.

Maar je hersenen doen net alsof ze je niet horen. Soms kun je ze even laten luisteren, maar soms ook niet. Zeg dat maar tegen je ouders als je weer eens te veel koekjes hebt gegeten.

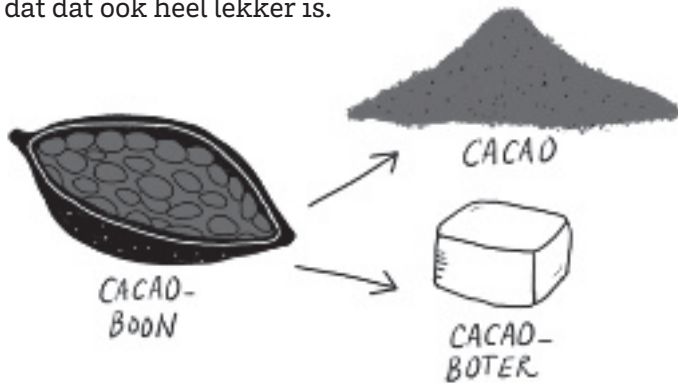


WAAR KOMT HET WOORD SNOEP VANDAAN?

Snoep is eigenlijk best een raar woord. Wie heeft dat ooit bedacht? Heel vroeger gebruikten mensen het woord 'snappen' als ze bedoelden: iets snel grijpen. Wetenschappers denken dat daar het woord snoep vandaan komt. Dat wil jij toch ook zo snel mogelijk grijpen?

Is witte chocolade echt chocolade?

Chocolade is bijna altijd bruin. De bruine kleur komt van de cacao waar de chocolade van is gemaakt. En witte chocolade dan? Witte chocolade is gemaakt van cacaoboter, en niet van cacao. Cacaoboter is eigenlijk gewoon vet dat uit de cacao boon komt. Als je er daarna melkpoeder en suiker bij doet krijg je witte chocolade. Ongeveer honderd jaar geleden ontdekten chocolademakers dat dat ook heel lekker is.



Wanneer is chocolade echte chocolade? Daar hebben mensen regels voor afgesproken. Chocolade is echte chocolade als het voor minstens een derde bestaat uit cacao. In witte chocolade zit dat dus niet. Toch mogen de makers het woord chocolade op de reep zetten. Dat is zo afgesproken. Cacaoboter klinkt gewoon minder lekker dan chocolade, toch?

Maar nu wordt het ingewikkeld. Sommige bruine chocolade mag je ook geen chocolade noemen! Je hebt vast weleens een verrassings-ei gegeten. Volgens de regels is dat geen echte chocolade. Hij is wel bruin maar toch zit er te weinig cacao in. Ook een Koetjesreep en sommige soorten hagelslag mag je geen chocolade noemen. Daar hebben ze een andere naam voor bedacht: cacaofantasie. Het is geen chocolade volgens de regels, maar net zo goed heel lekker!



CHOCO TOP 5

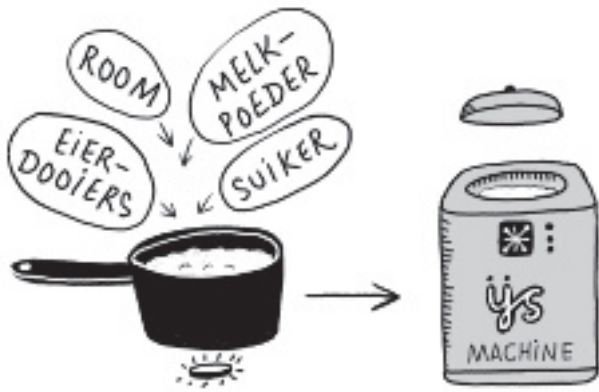
Hier zijn vijf soorten chocolade die je vast kent. Zet bij elke reep een cijfer. 1 is je lievelingssmaak! Wat is je top 5? Of heb je misschien een heel andere smaak op 1 staan?

- Melk
- Puur
- Wit
- Hazelnoot
- Karamel-zeezout
-



Hoe wordt ijs gemaakt?

Hoe ijs wordt gemaakt? Dat ligt eraan over welk ijs je het hebt. Als je schepijs bedoelt, het ijs dat je in bolletjes eet, dan gaat het zo. De ijsmaker doet room, melkpoeder, eierdooiers en suiker bij elkaar. Alles wordt dan even heel heet gemaakt zodat bacteriën die erin zitten doodgaan. Daarna koelt het af. Dan gaat alles in de ijsmachine. Dat is een grote bak met een ronddraaiende schep erin. Die schep zorgt dat alles goed gemengd wordt. Nu kan ook de smaak bij het ijs: aardbeien als je aardbeienijs wilt, pindakaas als je pindakaas-ijs wilt. Tijdens het ronddraaien komt er extra lucht in het ijs. Daardoor smaakt het lekkerder. Daarna kan het ijs in de diepvries. Als het daar harder is geworden, is het pas echt af. Jammie!



Schepijs komt dus uit de diepvries. Daardoor is het ook zo koud als je het eet. Maar softijs wordt pas gemaakt als je het hebt besteld. Het is veel minder koud. Daardoor is het ook zo zacht. In softijs zitten dezelfde dingen als in room-ijs. Alleen zijn er niet zo veel smaakjes. De machine blaast lucht in het ijs en spuit het in je hoorntje.



WIE VOND HET WATERIJSJE UIT?

Meer dan honderd jaar geleden was er in Amerika een elfjarig jongetje dat Frank heette. In de winter had hij 's nachts per ongeluk een glas limonade buiten laten staan met een roerstaafje erin. De volgende ochtend was alles bevroren. Toen het een beetje smolt, trok Frank aan het roerstaafje. Nu had hij ijs aan een stokje. Hij proefde aan het ijs en vond het best lekker! Veel later dacht hij eraan terug. Het leek hem een goed idee een fabriek te beginnen om waterijsjes te maken. Dat lukte, en toen werden waterijsjes heel populair.



Waarom zit er zo veel lucht in chipszakken?

Als je een zak chips openmaakt, valt het altijd een beetje tegen hoeveel erin zit. De verpakking is soms maar voor de helft gevuld. De rest is lucht. Waarom is dat? Houden de makers van de chips ons voor de gek?



Nee hoor. Er zijn twee goede redenen waarom chipszakken zo leeg zijn. In de eerste plaats zit er in de zakken geen lucht. Als er gewone lucht in

zou zitten, dan smaakten de chips na een dag al niet meer lekker. Dat komt doordat er in lucht zuurstof zit. Mensen hebben dat nodig om te kunnen ademen, maar chips kunnen er niet goed tegen. Daarom zit er iets anders in een chipszak: stikstof. Dat is een onzichtbaar gas dat de chips lekker knapperig houdt.

De chipszak zit dus vol met stikstof. Hij staat er zelfs bol van. Dat is de tweede reden waarom een chipszak niet helemaal gevuld is met chips.

Door de stikstof is de zak een mooi

stootkussen en gaan chips niet kapot als je een beetje in de zak knijpt. En eet jij geen zak vol kruimels!

