

Kakao hat mich gesund gemacht

Nach einer Krise hatte Alyssa Jade McDonald eine geniale Idee: Sie stellt Schokolade her – und hilft den Bauern in Ecuador



du willst, helfe ich dir. Ich finde für dich die beste Plantage der Welt!“ Er reiste quer über den süd pazifischen Ozean bis nach Ecuador, wo er schließlich die ideale Kakaopflanzung entdeckte. Doch kurz darauf starb er. Ein Wendepunkt: Alyssa kündigte ihren Job und flog nach Ecuador, um ihr geplantes Projekt in die Tat umzusetzen. „In dieser Zeit habe ich mich intensiv mit den Bauern vor Ort beschäftigt“, sagt sie. „Ich habe sie gefragt, wovon sie träumen. Sie hatten darauf keine Antwort – das gab mir zu denken: Es lag wohl daran, dass sie genau wussten, wie begrenzt ihre Möglichkeiten waren. Nur wer fest daran glaubt, dass sich die Wirklichkeit verändern lässt, hat auch die Kraft, es zu schaffen.“ Alyssa beschloss, keine Plantage zu kaufen: Sie wollte die Bauern nicht von sich abhängig machen, sondern ihnen die Chance geben, sich selbst ihre Existenz zu sichern.

Und so ernten heute 450 Menschen auf zwei Plantagen einer landwirtschaftlichen Kooperative die Kakaobohne Arriba Nacional. Die Bauern bestimmen den Preis für ihre Bohnen selbst, Alyssa kauft sie dort und gewinnt daraus Schokolade mit intensivem Duft und blumigem Aroma – nicht in gepressten Tafeln, sondern als Pulver und in Flocken, die im Mund sanft zergehen. Manche schmecken nach Beeren, andere haben Anklänge von Banane und Honig.

Die Wahlmünchenerin hat zu ihren Wurzeln zurückgefunden und ist gesund geworden. Wohl auch darum hat sie ihre Schokolade „Blyss“ genannt – nach dem englischen Wort „bliss“ für „Glückseligkeit“. CLAUDIA RESHÖFT



blysschocolate.com Gesunde Nascherei: Rohschokolade enthält viel Magnesium, Kalzium und Sulfat BLYSS Virgin

Der Weckruf kam vor sieben Jahren – und zwar mit einem Paukenschlag. Alyssa Jade McDonald (35), damals noch Managerin in einem deutschen Großkonzern, erkrankte

schwer an der Magen-Darm-Passage und litt unter starken Schmerzen. Heute sagt sie: „Ich brauchte diesen Wake-up Call.“ Denn er führte sie zu ihrer wahren Bestimmung: Über die Krankheit entdeckte Alyssa ihre Liebe zu edlem Kakao und begann, feinste Rohschokolade zu produzieren. Klingt verrückt? Ja, Alyssas Geschichte ist einzigartig.

Doch damals, als sie die Diagnose bekam, wollte Alyssa ihr Schicksal nicht annehmen – im Gegenteil: Während die Schmerzmittel per Infusion in ihren Körper tropften, hackte sie weiter verbissen in den Laptop auf ihren Knien. „Ich hatte die körperlichen Anzeichen lange ignoriert. Genauso wie die Ermahnungen meines Vaters. Er verstand meinen Lebenswandel nicht, warum ich unter Stress war und das machte, was man Karriere nennt.“

Denn aufgewachsen war Alyssa auf Papua-Neuguinea im Pazifik, ihre El-

tern und Großeltern hatten als Bauern unter anderem Kaffee angebaut. Doch Alyssa wollte ein anderes Leben: Sie studiert Wirtschaft und Journalistik, ging nach Deutschland und stürzte sich ins Geschäftsleben. Und merkte nicht,

Purer Kakao ohne Zucker ist total gesund

dass sie dafür gar nicht geschaffen war. Dann erklärte ihr der Arzt nach ihrem Zusammenbruch, dass der Job sie krank mache. Und auch ihre Ernährung mit viel Zucker und Weißmehl. Alyssa versuchte zunächst, die Warnungen zu ignorieren. „Gleichzeitig fing ich aber an, mich intensiv mit Ernährung und Nahrungsmitteln zu beschäftigen – ich durfte ja plötzlich vieles nicht mehr essen. Wie wirken Lebensmittel auf unseren Körper, wie werden sie überhaupt hergestellt? So bin ich irgendwann auf Kakao gestoßen. Und habe erfahren: Solange er nicht mit Zucker, Geschmacksverstärkern und Fetten vollgestopft ist, ist er total gesund! Das faszinierte mich.“

In Alyssa reifte die Idee, selbst Rohschokolade zu produzieren. Sie sprach mit ihrem Vater über ihre Pläne. Der erfahrene Landwirt unterstützte sie von Anfang an und versprach: „Wenn

Willkommen im charmantesten Dorf Frankreichs



Die bezauberndste Lektüre dieses Sommers

384 Seiten, gebunden, auch als eBook