

# Überlastung

**Beitrag von „Kris24“ vom 28. April 2025 18:50**

## Zitat von Kairos

Hat dunkle Schokolade nicht tendenziell einen hohen Anteil an Blei und Cadmium?

Da Kakaopflanzen Schwermetallionen aus dem Boden aufnehmen können, kann mehr Kakao auch mehr Schwermetallionen bedeuten (je nach Boden).

Inzwischen wird darauf geachtet, wo eingekauft wird und man müsste einiges als Erwachsener essen. Bei kleinen Kindern wäre ich tatsächlich vorsichtig.

Die Mischung macht es.