Sklep Mięsny Zenon Kowalczyk
Ul. Traktorowa 25, Olsztyn
668208569

PAPRYKA CZERWONA

Cena: 13,90 zł

Opis słownikowy

Kraj pochodzenia:	Hiszpania
Orientacyjna masa jednej sztuki	ok. 270g
Temperatura przechowywania:	7°C - 10°C

Opis produktu

Papryka jest dobrym źródłem wartości odżywczych. Ponadto jako jedno z nielicznych warzyw, papryka zachowuje swoje właściwości pod wpływem duszenia i pieczenia. Świeża papryka zawiera więcej witaminy C niż cytryna, a sproszkowana poprawia trawienie i pobudza apetyt. Do właściwości leczniczych papryki zalicza się też mi.in. zapobieganie zwapnieniu naczyń krwionośnych i likwidowanie bólu głowy.

Papryka (capsicum annuum) to roślina z rodziny psiankowatych, która dzięki swoim właściwościom i wartościom odżywczym znalazła zastosowanie nie tylko w kuchni, lecz także w medycynie naturalnej Ameryki Środkowej i Południowej już 6000 lat temu. Do Europy przywiózł nasiona papryki Diego Alvaraez Chanca, towarzyszący drugiej wyprawie Kolumba w 1493 r.

Jednak do popularyzacji walorów kulinarnych papryki w Europie przyczynili się Węgrzy, którzy zaczęli uprawić ją już w 1526 r., a potem uczynili z niej swój sztandar kulinarny. Lubimy leczo, liczne paprykarze? No właśnie! A bez węgierskiej inwencji i papryki by ich nie było. Warto wiedzieć, że to właśnie z węgierskich papryk wydobyto w latach 30. ubiegłego wieku krystaliczny kwas ascorbinowy - czyli witaminę C.

Papryka jest przede wszystkim nieocenionym źródłem witaminy C. Zawiera jej cztero-, pięciokrotnie więcej niż cytryny. Witamina ta w innych warzywach i owocach ulega zniszczeniu pod wpływem procesów kulinarnych. W papryce nie. Cenne są zarówno świeże strąki spożywane w sałatkach jak i różne przyrządzane z nich potrawy i przetwory.