Секреты паприки

Автор: Dori
28.12.2008 01:39 -

Все они принадлежат до одной овощной семьи – пасленовых. И так, как бывает в каждой семье, каждый из них – оригинальный, не подобный к другим, с только ему присущим характером и нравом.
Присмотримся и мы к этому особенному растению. Может, удастся разгадать ее секреты, а, следовательно, полюбить ее, чтобы значительно лучше использовать это своеобразие и ценность.
Особенность паприки в первую очередь заключается в огромном количестве видов, которые отличаются между собой цветом (от темно-зеленого через оранжевого к вишневому), формой (округлая, продолговатая, гладкая и блестящая, ребристая) и величиной (от малюсенькой, как будто запятая, как будто большое яблоко). Каждый из них выделяется и вкусом. Те маленькие – обычно адски острые и жгучие, из них изготовляют приправы, такие как перец каинский или чили. Хватит только лизнуть языком, а кажется, как будто в горле сто тысяч вулканов. И собственно это кое-кому даже нравится.
Во многих странах Южной и Центральной Америки (родина паприки), Дальнего и Ближнего Востока, а также Европы (хотя бы и в Венгрии) паприку можно, так сказать, изобразить на государственном флаге, потому что все национальные кушанья готовят с паприкой – и жгучей, и сладкой. К тому же, лишь своих родных сортов.
И каких только кушаний не придумали гурманы из этих овощей! Целая яркая палитра. Здесь есть салаты и супы, гарниры и самостоятельные кушанья. Хватает также рыбных и мясных насыщений, которым паприка добавляет особенного вкуса. Роскошествует паприкой разнообразная заготовка: маринады, квашения и даже так называемый мармелад, о которой немного погодя.
Чрезвычайную популярность завоевала паприка благодаря сокровищам, которые она содержит.
А это же целая азбука витаминов, среди которых первенство принадлежит витамину С (именно из паприки в 1927 году впервые в мире получена кристаллизирующая аскорбиновая кислота), дальше – витамины Р, А, целый комплект витаминов группы В, а также витамин Е. Та важнейшей особенностью паприки является то, что в ней нет энзима аскорбиназы, в результате чего ценный витамин С не раскладывается во время термической обработки. То есть можете паприку печь, жарить, фаршировать, подогревая несколько дней подряд, а количество витаминов почти не изменится!
Кроме богатства витаминов, паприка содержит и микроэлементы. В частности калий, кальций, магний, фосфор, серу, железо, марганец и медь. Ну, как вам это нравится?
Теперь понятно, почему давние индианцы использовали паприку в качестве денег.