

# Paprika als Lebensmittel

## Allgemeines zur Paprika:

- Paprika gehört zu der Familie der Nachtschattengewächse
- 2000 verschiedene Paprikaarten
- verwandt mit Tomaten und Kartoffeln
- die Arten unterscheiden sich in:
  - **Geschmack:** die Gewürzpaprika ist scharf durch Capsaicin und Gemüsepaprika und Tomatenpaprika sind mild und süßlich
  - **Farbe:** rot, grün, gelb, orange, purpur und schwarz



- die grünen Paprika werden im Gegensatz zu den anderen Paprika unreif geerntet.
- Ursprung der Paprika- Arten und –Sorten ist in Mittel- und Südamerika.
- importiert wird Paprika aus Spanien, Türkei und Chile.
- heute wird Paprika weltweit in tropischen und gemäßigten Zonen angebaut.

## Warum ist die Paprika so gesund?

- enthält viele wichtige Nährstoffe
- die Paprika ist reich an:
  - **Vitamin C**  
grün: 23-120mg auf 100g Paprika  
rot: 160-202mg auf 100g Paprika  
(Paprika enthält von allen Gemüsesorten am meisten Vitamin C/ doppelt so viel wie Zitrone)
  - Vitamin E und B6,
  - Provitamin A (nur in der roten Paprika)
  - Flavonoide (Pflanzenfarbstoff)
  - Kalium, Magnesium, Calcium



|                             |              |                                    |                 |
|-----------------------------|--------------|------------------------------------|-----------------|
| Daniel<br>Drees             | Nena<br>Sohr | Linda<br>Tieke                     | Vera<br>Bergers |
| Klasse 9<br>Elsa-Brändström |              | Klasse 11<br>Technisches Gymnasium |                 |

## Paprikapulver:

- Paprikapulver wird aus den getrockneten Schoten durch Zermahlen hergestellt und wird als Gewürz verwendet.



## Pestizidbestimmung der Paprika:

**Methode:** Pestizidanalytik

**Geräte:** Zentrifuge, Gaschromatograph, Waage, Zentrifugengläser, Minishaker, Messpipette

**Durchführung:** 10g Paprika einwiegen, 100 µl Aufarbeitungsstandard zugeben, 30 sek. schütteln und 3 min. stehen lassen, 10 ml essigsäures Acetonitril zugeben, 1 min. kräftig schütteln, 4g MgSO<sub>4</sub> und 1g NaCl zugeben, 30 sec. schütteln, 100 µl Internen Standard zugeben, 1min. schütteln, 5 min. zentrifugieren bei 3000 U/min., ca. 8 ml des Extraktes werden in ein Zentrifugenglas überführt, 30 sec. schütteln, 1 min. zentrifugieren bei 3000 U/min., Extrakt in Probenvials abfüllen, dann in den automatischen Probengeber des Gaschromatographen setzen. Der Gaschromatograph misst alle Proben und Standards und wertet sie automatisch aus.

**Ergebnis:** Die Paprikaprobe war frei von Pestiziden.

## Paprika bei appetito:

**Sorte:** California Wonder

- Die Paprika wird sofort nach der Ernte schockgefroren, damit die Vitamine erhalten bleiben.

**Verwendung:** Salat, gefüllte Paprikaschoten, Räuberpfanne, Pizza usw.

