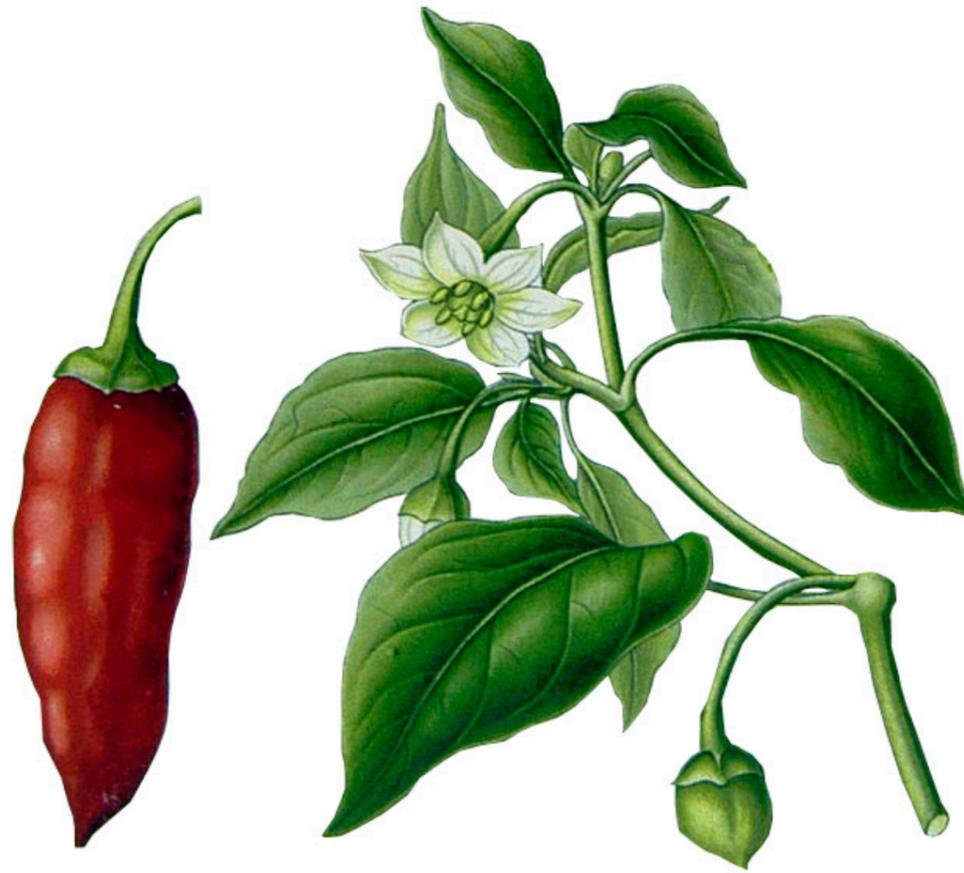


## *Capsicum*



*Die Peperoni oder auch Paprika wird neben der Verwendung als Nahrungsmittel auch als pflanzliches Heilmittel genutzt, das gegen unzählige Beschwerden hilft.*

*Inhaltsstoffe 100 g:  
Brennwert: 40 kcal  
Eiweiss: 2 g  
Kohlenhydrate: 9 g  
Ballaststoffe: 1.5 g  
Fett: 0.2 g*

*2015/2016 Wurde die Paprika in Deutschland als Gemüse des Jahres Gewählt. Der Inhaltsstoff Capsaicin ist verantwortlich für den Schärfegehalt des Gemüses und sorgt beim Essenden für die Ausschüttung von Endorphinen.*

---

---