

献立ひとくちメモ

6月19日(金)



今日はパプリカのお話です。
ピーマンとパプリカ、違いについて知っていますか？ピーマンもパプリカもナス科トウガラシ属の植物で、辛みのないトウガラシの一種です。ピーマンもパプリカも同じ種からできますが、ピーマンは成熟前に収穫するので緑色、そのまま成長させて熟成させると黄色やオレンジ色、赤色へと変化し、これを「カラーピーマン」と呼んでいます。「カラーピーマン」は大きさや形から5種類に分けられ、一番大きく肉厚な品種を「パプリカ」と呼びます。ほかにも歴史や栄養価など少し違うので、興味のある人はぜひ調べてみてくださいね。