**PEPERONCINO** (*Capsicum annuum* L.)

Il peperoncino appartiene alla famiglia delle Solenacee

Il nome botanico “Capsicum” potrebbe derivare dal latino “Capsa” che significa “scatola” o dal greco “Kapto” che significa “mordere”.

Il peperoncino è originario del centro America e fu importato in Europa dopo la scoperta dell’America.

Il peperoncino è unapianta erbacea annuale con fusto eretto che può raggiungere un’altezza di 80-100 cm. Le foglie sono alterne, lanceolate, di colore verde lucente. I fiori sono solitari o in gruppi di 2-3 a livello della ramificazione del fusto, con il calice a forma di campana con 5 sepali, la corolla è tubulare, bianca o gialla, da cui sporgono 5 stami con antere violette. I frutti sono bacche dalla forma, colore e dimensione variabile all’interno delle quali sono contenuti numerosi semi reniformi.

I frutti del peperoncino contengono carotenoidi responsabili del colore rosso (capsantina, capsorubina, violaxantina, beta-carotene, ecc.); saponosidi steroidici (capsicoside A e D), fruttosio, glucosio, saccarosio e lipidi, albumine e vitamine (C, A, gruppo B), minerali (potassio, calcio, ferro, manganese, sodio, fosforo, zinco) e capsaicina, che determina il sapore piccante. Il grado di piccantezza è misurato mediante la scala di Scoville. Il gusto piccante si può attenuare bevendo del latte, dello yogurt o masticando del pane all’olio, perché la capsaicina è una proteina liposolubile.

**Proprietà**

Il frutto ha proprietà lenitive sulla pelle; vasodilatatrice in quanto favorisce la circolazione sanguigna prevenendo malattie cardiache (abbassa la pressione); ipocolesterolemizzanti; digestive stimolando la secrezione di succhi gastrici.

**Curiosità**

I Maya lo utilizzavano come strumento magico o come arma di tortura**:** le ragazze che civettavano in pubblico venivano punite sfregando del peperoncino sugli occhi; agli adulteri lo stesso trattamento veniva applicato per la zona genitale. I bambini disubbidienti, invece, venivano esposti al fumo di peperoncini bruciati.Per gli Aztechi il peperoncino era una moneta di scambio.

Il medico ungherese *Albert Szent Giörgy*i nel 1937 ricevette il *Premio Nobel per la Fisiologia e la Medicina* per aver isolato la vitamina C dal peperoncino. In un anno ne fu studiata la struttura chimica e fu prodotta artificialmente. *Albert Szent Giörgyi* e *Istzan Rusznyak* isolarono dal peperoncino la Vitamina P, e scoprirono che combinata con una proteina aumenta la resistenza dei vasi capillari.