

## Wissenswertes über: **Chili**



Chili gehört zur Familie der Paprikapflanzen. Seine Schärfe hebt ihn aus dieser Familie heraus und lässt ihn als einzigartig erscheinen. Sein Scharfstoff Capsaicin macht dies möglich. Nun gibt es den Geschmack „scharf“ nicht, vielmehr empfindet der Körper dies als Schmerz und reagiert mit der Ausschüttung des Glückshormons Endorphin. Scharf zu essen und zu trinken macht daher glücklich.

Zur Entschärfung kann unter das Essen eine geriebene Kartoffel gegeben werden oder der Chili wird im Voraus ohne Innenwände und Kerne verwendet.

Nach dem Genuss scharfer Speisen hilft ein Stück Käse besser als Wasser, da die Fette im Käse die Schärfe besser kompensieren.