

Categorie

Vruchtgroente

Voedingswaarde

Bevat veel vitamine C, Magnesium, Calcium en ijzer.
Per 100g: energiewaarde van 30 kcal.

Culinaire toepassingen

Rauw gevuld of in een slaatje
Gegrild
Geroosterd
Gestoomd
Gekookt
Gewokt
Geroerbakt

Beschikbaarheid

Jaarrond beschikbaar:

- In de winterperiode vooral via import uit Spanje of Italië
- Tijdens andere seizoenen beschikbaar vanuit België en Nederland

Bewaren

Het best in de originele verpakking of in een papieren zak en dit op een koele plek van ca. 12-15°C. Op deze manier blijven ze tot een week goed.

Paprika

Rode en oranje paprika's zijn zoeter dan groene paprika's die soms wat bitter kunnen zijn van smaak.

Heerlijk in soep, maar ook in een smoothie!

Tip: bewaar je paprika's niet in de koelkast! Anders kan er koudebederf optreden. Dat wilt zeggen dat de cellen kapot gaan waardoor ze vocht verliezen en gaan rotten.