

# De paprika

Paprika's zijn kleurrijke en smakelijke groenten met een milde lichtzoete smaak. Ze werden voor het eerst naar Europa gebracht door de Spaanse ontdekkingsreizigers in de 16e eeuw. Vandaag de dag worden paprika's wereldwijd geteeld en gebruikt in veel verschillende gerechten, van salades en soepen tot stoofschotels en sauzen.



## Fruittips!

Kinderen kunnen helpen bij het schoonmaken en snijden van de paprika's (onder toezicht van een volwassene) en zo betrokken raken bij het bereiden van gezonde maaltijden.



Was de paprika's pas vlak voordat je ze gaat gebruiken, anders kunnen ze sneller bederven.

Paprika's kunnen op verschillende manieren worden gegeten, zoals rauw in salades of als snack, gegrild op de barbecue, gebakken in de pan of verwerkt in soepen en stoofschotels.

Verwijder voor het eten de zaadlijsten en zaadjes, deze zijn vaak bitter van smaak.

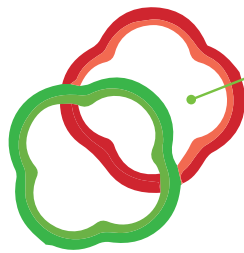
## Bewaartip

Paprika's kunnen het beste bewaard worden in de koelkast bij een temperatuur van ongeveer 7°C. Ze blijven dan tot een week goed. Paprika's invriezen kan ook. In de diepvries blijft deze groente tot 3 maanden goed.

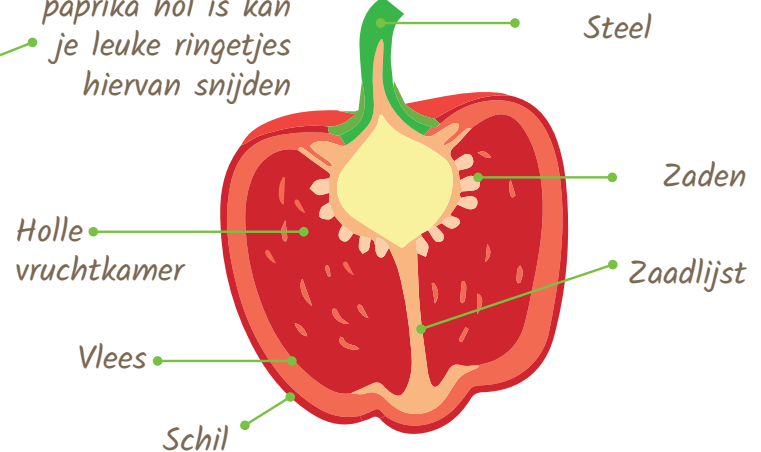


# Onderdelen van de paprika

Ken jij alle delen van de paprika?



Door dat de paprika hol is kan je leuke ringetjes hiervan snijden



Wist je dat...

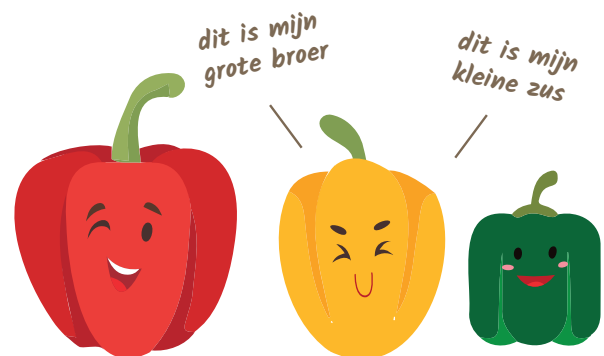
... alle paprika's oorspronkelijk groen zijn?

... Paprika's tot dezelfde familie als aardappelen, tomaten en aubergines behoren - de Solanaceae-familie.

... Paprika's inheems zijn in Midden-Amerika? Ze werden voor het eerst door Spanjaarden naar Europa gebracht in de 16de eeuw.

... Er meer dan 200 verschillende soorten paprika's zijn, met een breed scala aan kleuren, maten en smaken.

... Paprika's aan planten groeien die veel, zon, water en liefde nodig hebben.



...Rode paprika's eigenlijk groene paprika's zijn die langer aan de plant blijven hangen en volledig rijpen. Tijdens dit rijpingsproces verandert de kleur van de paprika van groen naar geel en uiteindelijk naar rood. Dit beïnvloedt ook hun smaak



**Beschikbaarheid:** Paprika's zijn het hele jaar door verkrijgbaar in de meeste supermarkten en groentezaken. Dit komt omdat paprika's op grote schaal worden geteeld in verschillende delen van de wereld.