

PAPRIKA

Botanisch besteht kein Unterschied zwischen Paprika und Peperoni oder Chili und doch gibt es unzählige Formen, Farben und vor allem Schärfegrade. Allen gemein ist ihre Zugehörigkeit zur Gattung Capsicum und Familie der Nachtschattengewächse. Ob Gemüsepaprika oder Peperoni, die meisten der bei uns erhältlichen Arten sind Sorten des spanischen Pfeffers Capsicum annuum. Je nach Sorte werden Paprikafrüchte zunächst grün und färben sich dann gelb, orange oder rot.

ANBAU

Bodenbeschaffenheit: Werden Jungpflanzen selbst vorgezogen, sollte dies in nährstoffarmer Anzuchterde geschehen, damit die Pflänzchen ein starkes Wurzelwerk ausbilden. Hat sich ein starkes Wurzelwerk gebildet, vertragen die Paprikapflänzchen auch gehaltvollere Erde wie zum Beispiel Kompost oder Gartenerde.

Nachbarn: Knoblauch, Basilikum, Ringelblumen, Borretsch, Karotten und Petersilienwurzeln sind gute Nachbarn für das Fruchtgemüse.

Aussaat/Pflanzung: Zum Vorziehen von Paprika werden die Samen gleichmäßig in einer mit Anzuchterde gefüllten Pflanzschale ausgestreut und dünn mit Erde bedeckt. Die Samen sollten etwa doppelt so tief gesetzt werden, wie sie groß sind. Nach dem Pikieren wird die Paprika ab Ende April in ein unbeheiztes Gewächshaus oder nach den Eisheiligen, zwischen dem 11. bis 15. Mai gepflanzt. Der Boden sollte vorher mit Kompost versorgt werden. Der Pflanzabstand beträgt in der Reihe 40 bis 50 Zentimeter und zwischen den Reihen mindestens 60 Zentimeter.

Pflege: Die Setzlinge sollten schon beim Pflanzen mit einem Bambusstab als Stütze versehen und mit lockerem Bindfaden oder Ähnlichem daran befestigt werden. So wird sichergestellt, dass die Pflanzen auch bei Wind und bei hohem Gewicht der Früchte nicht umknicken. Zwischen Mitte Juni und Ende August sollte ein bis zwei Mal mit einem organischen Gemüsedünger gedüngt werden. Brennnesseljauche eignet sich als Zusatzdünger ebenfalls sehr gut. Der Wasserbedarf von Paprika ist sehr hoch, daher kann im Gewächshaus täglich gegossen werden. Bei der Gewächshauskultur wird der Boden außerdem mit Rasenschnitt oder Silage gemulcht, um die Verdunstung zu reduzieren. Ein kleiner, aber wirkungsvoller Eingriff ist bei den großfrüchtigen Paprikasorten das Ausbrechen der sogenannten Königsblüte. Sie bildet sich in der Gabelung zwischen dem Haupttrieb und dem ersten Seitentrieb. Damit wird das Blatt- und Triebwachstum angetrieben und erzielt somit einen höheren Fruchtertrag. Die häufigste Ursache, wenn Paprika viele Blüten, aber kaum Früchte ansetzen, ist eine mangelhafte Befruchtung. Die Pflanzen sind sogenannte Windbestäuber. Bei hoher Luftfeuchtigkeit, über 80 bis 85 Prozent, verklebt der Pollen und löst sich nicht mehr von den Staubfäden. Dann nützt auch das empfohlene Schütteln nichts, sondern man muss mit dem Pinsel nachhelfen und den Blütenstaub von Hand übertragen. Sinkt die Luftfeuchtigkeit unter 60 Prozent und steigen gleichzeitig die Temperaturen über

25 Grad Celsius, werden die Fruchtansätze ebenfalls abgestoßen. In diesem Fall den Boden morgens kräftig durchfeuchten.

ERNTE UND LAGERUNG

Erntezeitpunkt: Im Gewächshaus können Sie ab Mitte Juli schon die ersten grünen Paprika ernten. Die ersten voll ausgefärbten Früchte sind bei guter Belichtung ab Ende des Monats erntereif.

Vorgehen: Die reifen Paprikas werden am besten mit einem scharfen Messer oder einer Schere abgeschnitten, um die Triebe und die übrigen Früchte nicht zu beschädigen.

Lagerung: Paprika bewahrt man am besten an einem dunklen Ort bei zehn Grad Celsius mit relativ niedriger Luftfeuchtigkeit auf. Ideal sind kühle Speisekammern oder Kellerräume. Ungewaschen und im Ganzen aufbewahrt ist das Gemüse auf diese Weise etwa ein bis zwei Wochen haltbar. Angeschnittene Schoten können in geeigneten Dosen im Kühlschrank gelagert werden. Dort halten sie sich drei bis vier Tage.

GESCHMACK, VERWENDUNG UND INHALTSSTOFFE

Die Schärfe der Schoten wird in der Einheit Scoville angegeben und variiert von Sorte zu Sorte. Sie kann sogar je nach Frucht derselben Pflanze ziemlich stark schwanken. Garantiert feuerfrei, das bedeutet null Scoville, ist Gemüsepaprika, denn allen Sorten fehlt der Scharfmacher Capsaicin. Die auch zur Herstellung von süßem Paprikapulver verwendete ungarische Kirschaprika liegt auf der Schärfeskala bereits bei 2. Die schärfsten Chilis sind die rote 'Bhut Jolokia' aus Indien und die in South Carolina gezüchtete Hybridform 'Carolina Reaper'. Beide sollten nur mit Vorsicht genossen werden, da hier schon Scoville-Werte jenseits der zwei Millionen gemessen wurden. Zum Vergleich: Tabasco-Soße liegt zwischen 2.500 und 5.000 und Pfefferspray zur Selbstverteidigung bei 180.000 bis 300.000 Scoville. Gesund sind die sonnengereiften Schoten dennoch: Allein durch ihren beachtlichen Gehalt an Vitamin C, Betacarotin und anderen wertvollen Pflanzenstoffen stellen sie viele heimische Gemüsearten in den Schatten. Auch die Schärfe hat ein Gutes, denn hohe Capsaicin-Gehalte wirken desinfizierend.

Als Rohkost sind sie ein super Snack für Zwischendurch, am besten kombiniert mit einem köstlichen Dip. Auch sommerliche Salate peppen sie perfekt auf. Paprikas finden aber auch in deftigen Eintöpfen, heißen Suppen oder Fleischgerichten Verwendung.