



พริก CHILLI

พริก เป็นพืชในวงศ์ Solanaceae สกุล Capsicum ชื่อภาษาอังกฤษว่า Chilli peppers, chili, chile หรือ chilli มาจากคำภาษาสเปน ว่า chile โดยส่วนมากแล้ว ชื่อเหล่านี้มักหมายถึง พริกที่มีขนาดเล็ก ส่วนพริกขนาดใหญ่ที่มีรสอ่อนกว่าจะเรียกว่า Bell Pepper ในสหรัฐอเมริกา Pepper ในประเทศอังกฤษและไอร์แลนด์, capsicum ในประเทศอินเดียกับออสเตรเลีย และ Paprika ในประเทศทวีปยุโรปหลายประเทศ พริกชนิดต่าง ๆ มีต้นกำเนิดมาจากทวีปอเมริกา ซึ่งในปัจจุบันนี้ได้มีปลูกกันในหลายประเทศทั่วโลก เพราะพริกเป็นเครื่องเทศที่สำคัญ และยังมีคุณสมบัติเป็นยาสมุนไพร พริกมีหลายชนิด เช่น พริกชี้หนู พริกหยวก พริกเหลือง พริกชี้ฟ้า พริกหนุ่ม พริกกะเหรี่ยง ประเทศไทยนั้นมักนิยมปลูกพริกอยู่ 2 ชนิดซึ่งได้แก่ พริกหวาน พริกหยวก พริกชี้ฟ้า (ในกลุ่ม C. annuum), พริกเผ็ดได้แก่ พริกชี้หนูสวน พริกชี้หนูใหญ่ (ในกลุ่ม C. frutescens)

สรรพคุณ พริกมีวิตามินซี สูง เป็นแหล่งของกรด ascorbic ซึ่งสารเหล่านี้ ช่วยขยายเส้นโลหิตในลำไส้และกระเพาะอาหารเพื่อให้ดูดซึมอาหารดีขึ้น ช่วยร่างกายขับถ่าย ของเสียและนำธาตุอาหารไปยังเนื้อเยื่อของร่างกาย (tissue) สำหรับพริกชี้หนูสดและพริกชี้ฟ้าของไทย มีปริมาณวิตามิน ซี 87.0 – 90 มิลลิกรัม / 100 g นอกจากนี้พริกยังมีสารเบต้า - แคโรทีนหรือวิตามินเอ สูง (พริกชี้หนูสด 140.77 RE) พริกยังมีสารสำคัญอีก 2 ชนิด ได้แก่ Capsaicin และ Oleoresin โดยเฉพาะสาร Capsaicin ที่ นำมาใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร และ ผลิตภัณฑ์รักษาโรค ในอเมริกามีผลิตภัณฑ์จำหน่ายในชื่อ Cayenne สำหรับฆ่าเชื้อแบคทีเรียในกระเพาะอาหาร สาร Capsaicin ยังมีคุณสมบัติทำให้เกิดรสเผ็ด ลดความเจ็บปวดของกล้ามเนื้อ หัวไหล่ แขน บั้นเอว และส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และมีผลิตภัณฑ์จำหน่ายทั้งชนิดเป็นโลชั่นและครีม

Chili peppers are plants in the Solanaceae family, genus Capsicum. The English name is Chilli peppers, chili, chile or chilli from the Spanish word chile. Most of the names refer to small chili peppers. Larger, milder chili peppers are called Bell Pepper in the United States, Pepper in England and Ireland, capsicum in India and Australia, and Paprika in many European countries. Various types of chili peppers originated in America. Today, they are grown in many countries around the world because chili peppers are important spices and also have medicinal properties. There are many types of chili peppers, such as bird's eye chili, bell pepper, yellow chili, chili pepper, young chili pepper, and Karen chili pepper. In Thailand, there are usually two types of chili peppers: Sweet chili pepper, bell pepper, chili pepper (in the C. annuum group) Spicy chili peppers include garden chili peppers and large chili peppers (in the C. frutescens group). Properties: Chili peppers are high in vitamin C and are a source of ascorbic acid. These substances help expand blood vessels in the intestines and stomach to better absorb food and help the body excrete. Waste and transport nutrients to body tissues (tissue) For fresh Thai chili and chili peppers, there is a vitamin C content of 87.0 - 90 milligrams / 100 g. In addition, chili also has high beta-carotene or vitamin A (fresh chili 140.77 RE). Chili also has 2 other important substances: Capsaicin and Oleoresin, especially Capsaicin, which is used in the food industry and medicinal products. In America, there is a product sold under the name Cayenne to kill bacteria in the stomach. Capsaicin also has the property of creating a spicy taste, reducing pain in muscles, shoulders, arms, waists and other parts of the body. There are products sold in both lotion and cream forms.