

Comunicato stampa del 01/07/2014

L'ESTATE STRESSA? IL PEPERONCINO TI DIFENDE !

Coltivare e consumare peperoncino d'estate può aiutare a perdere peso, alleviare dolori e persino lenire lo stress da ferie...

La passione per il piccante dilaga e, per farsi l'arrabbiata o la puttanesca, molti italiani ormai scelgono l'idea di coltivare i peperoncini in proprio. Del resto queste bacche brucianti oltre che buone, sono decorative e fanno bene alla salute! . E sì, di salute si può proprio parlare, perché recenti studi attribuiscono alla **capsaicina**, la sostanza piccante contenuta nei peperoncini, effetti sempre più interessanti. Secondo ricercatori della **Purdue University di Indianapolis**, mangiare peperoncino può aiutare a **ridurre l'appetito** nei confronti sia dei cibi salati che di quelli dolci e questo può risultare di grande aiuto per evitare gli eccessi di cibo estivo. E ancora, in uno studio pubblicato in *Alimentary Pharmacology and Therapeutics*, il peperoncino viene indicato anche come ottimo coadiuvante nel lenire le **dispepsie**, (bruciori di stomaco). Secondo un'indagine della *Di Meo's chili peppers plants* tra i propri clienti appassionati del pollice verde, sono più del 5 % quelli che scelgono il piacere di piantare in giardino o sul balcone, assieme ai fiori le piante di peperoncino. Insomma inserire il peperoncino tra gli hobby e nella propria dieta estiva potrà essere un ottimo modo per evitare lo stress da ferie, badare al benessere e tenere a freno le intemperanze alimentari seguendo anche il salutare motto: "**meno sale più aromi!**".

Per quanto riguarda l'effetto ornamentale i frutti di alcune varietà hanno forme curiose e colori affascinanti, ad esempio: quelli del **Rocotillo** assomigliano al rosso copricapo del vescovo, quelli del **Cayambe** (tipo cayenna) sono appuntiti e puntati verso l'alto a ricordare le fiamme delle candele e quelli del **Peter Pepper** invece hanno una divertente forma fallica benaugurante! Insomma la coltivazione del peperoncino è un hobby coinvolgente perché piace alla mente, fa bene al corpo e soddisfa il gusto. Coltivarli è facilissimo, basta disporre di un'aiola o di un vaso, acquistare delle piantine, porle a dimora e, con un po' d'acqua e di pazienza il gioco è fatto. Procurarsi le piante del resto al giorno d'oggi è comodissimo e, al di là di rivolgersi ai tradizionali centri di giardinaggio, è possibile farsele recapitare a casa digitando semplicemente alcune parole chiave sul motore di ricerca del computer quali, ad esempio: "**vendita piantine peperoncino piccante**" per trovare decine di offerte di **e-commerce** che, per pochi euro a pianta (4 - 6 € più il trasporto), recapitano a casa piante pronte a fruttificare. In questo modo, con poco impegno, nel giro di un mese o poco più, si possono staccare i primi piccantissimi frutti del proprio lavoro estivo e goderne i benefici in termini di gusto e di benessere.

per info Enrico Barcella
348 2288799

Di Meo's chili peppers plants

www.dimeoremo.it