

# ARNAVUT BİBERİ(Capsicum annuum)



## Tanımı

Yıllık ya da iki yıllık bir bitkidir. Boyu 60-180 santimetreye kadar ulaşır; gövdesi, köşeli ve dik, yaprakları oval ve uzundur. Çiçekleri genellikle tek başına çıkar. Derimsi bir kabuğu olan kırmızı, sarıya çalan yeşil ya da kahverengimsi meyvelerinin boyu 5, eni ise 2.5 santimetreye ulaşır. Çekirdekleri kirli beyazdır.

## Yetiştirildiği Yer

Anavatanı Meksika, Orta Amerika ve Güney Amerikadır. Ayrıca çoğu tropik ve subtropik bölgede, özellikle Zanzibar'da yetiştirilir.

## Halk bilgisi ve geleneksel kullanımı

Eskiden Güney Amerika yerlileri sekiz gün boyunca günde altı kırmızı biber yemenin boruyla ok atmada ustalaşmalarını sağlayacağına inanmış. Adını Yunanca'da 'ısırmak' anlamındaki sözcükten alan kırmızı biber, acı ve keskindir. Latince adı *capsicum*, bu acı ve keskin tada atıfta bulunur. Yemeklerde acı sos ve baharat olarak kullanılır. Meksika'da kırmızı biberli dondurma bile bulunur. Savunma amaçlı göz yaşartıcı sprey üreticileri ürünlerinde kırmızı biber kullanırlar.

## Tıbbi kullanımı

Aztekler, kırmızı biberi, diş ağrıları ve uyuz tedavisinde kullanırdı. On sekizinci yüzyıldan beri güçlü bir uyaran olarak görülmüş, mide, bağırsak ve dolaşım hastalıklarının, özellikle de hazımsızlığın tedavisinde yararlanmıştı. Kırmızı biberin etkin maddesi, yanma hissini yaratan kapsaisin, acıyı aktaran nöranları duyarsız hale getirerek herpes, zona, eklem iltihabı, romatizma ve diğer nevraljilerin neden olduğu acıları dindirmede kullanılır. Biber, afyonumsu endorfinlerin salgılanmasını uyarıyor ve aspirin benzeri salisilatlar içeriyor olabilir.

Evet yararlı ama abartmayalım.Mide rahatsızlıkları olan insanlarda biber yemek rahatsızlığı ileri boyuta götürecek nedenler çıkartabilirler.