



# Schärfster „Feuer“-Schnitzel®



**Wir servieren Ihnen den schärfsten panierten Schweins-Schnitzel der Schweiz**

**Wir würzen mit einer Schärfe von 6 Million-Scoville**

Die Scoville-Skala ist eine Skala zur Abschätzung der Schärfe von Früchten der Paprikapflanze. Der Wert ist abhängig vom Anteil des in der getrockneten Frucht enthaltenen Capsaicins, eines Alkaloids, welches Schmerzrezeptoren der Schleimhäute reizt und so die Schärfeempfindung auslöst.

**Schärfster Feuer-Schnitzel® mit 6 Million-Scoville**

**Panierter Feuer-Schnitzel®** ACEFG 50g CHF: 29.90

**mit Pommes Frites oder mit einem Blattsalat, Salatsauce nach Wahl**  
**Selbstverständlich haben wir noch Voll-Rahm oder Olivenöl im Haus, um die Schärfe zu lindern. Bitte kein Wasser trinken**

## Schriftliche Einverständnis-Erklärung

Mit meiner Unterschrift bestätige Ich Herr/Frau .....  
geboren am: ..... (ab 18 Jahren), dass ich den schärfsten Chili-Schnitzel der Schweiz freiwillig, ohne Zwang und auf eigenes Risiko bestelle.

Ich bezahle das Schnitzel auch, wenn ich es nicht esse.

Ich gehe das Risiko ein, dass ich meinem Körper Schäden zuführen kann oder werde. Mögliche Symptome: Übelkeit, Sodbrennen, Erbrechen, Durchfall, Magen und Darmkrämpfe, Luftnot, Kreislaufzusammenbruch, extreme Entzündungen der Magen-und Darmschleimhäute, totaler Zusammenbruch bis hin zu Koma, Herz-Kreislauf Versagen oder Tod.

Hiermit bestätige ich, dass ich keine Herzprobleme habe und dass ich gesund bin.

Datum: ..... Unterschrift: .....

## Legende der Allergene Stoffe

A: glutenhaltiges Getreide  
B: Krebstiere  
C: Eier  
D: Fische  
E: Erdnüsse

F: Sojabohnen  
G: Milch (Laktose)  
H: Schalenfrüchte (Nüsse)  
L: Sellerie  
M: Senf

N: Sesam  
O: Schwefeldioxid und Sulfite  
P: Lupinen  
R: Weichtiere  
**Kann auch nur Spuren enthalten**

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Mitarbeiter Sie essen auf eigene Gefahr, Jede Haftung wird ausgeschlossen

# Besten Dank für Ihren Besuch

## Öffnungszeiten

**Mo – Fr 8:00 bis 23:30 Uhr**

**Warme Küche: 11:30 bis 13:50/18:00 bis 21:45**

**Samstag von 10:00 bis 23:30 Uhr**

**Warme Küche: 11:30 bis 13:45/18:00 bis 21:45**

**Sonntag von 10:00 bis 21:00 Uhr**

**Warme Küche: 11:30 bis 13:/17:45 bis 20:30**

Ihr Gastgeber

Georgio Rohrbacher und Team

Winterthurerstrasse 519

8051 Zürich-Schwamendingen

Telefon: 044 / 322 45 16

[www.hirschen-schwamendingen.ch](http://www.hirschen-schwamendingen.ch)

[info@hirschen-schwamendingen.ch](mailto:info@hirschen-schwamendingen.ch)



## Ist zu scharfes Essen ungesund und schädlich für Magen und Darm?

Es geht oftmals das „Gerücht“ um, dass scharfes Essen ungesund für den Magen und den Darm sei, oder sogar gefährlich sein soll. Vor allem soll zu scharfes Essen Magenprobleme, Durchfall und andere Nebenwirkungen haben. Was ist dran an diesen Gerüchten? Ist scharfes Essen nun eher gesund oder ungesund für unseren Körper und unser Wohlbefinden. Ab welche Schärfe kann man wirklich von „gefährlichem Essen“ sprechen und was ist überhaupt das schärfste Lebensmittel der Welt? Eine Chili, ein Senf, oder etwa ein Meerrettich? Verschiedene Schärfegrade werden von jedem Menschen unterschiedlich wahrgenommen, allerdings gibt es ab einem gewissen Niveau keinen Menschen mehr der nicht beim Essen der schärfsten Lebensmittel der Welt Schmerzen bekommt.

### Die positiven Eigenschaften von scharfen Essen durch natürliche „Scharfmacher“

Zunächst einmal hat ein akzeptables Maß an Schärfe welches natürlich von jedem Menschen individuell abhängig ist viele positive Eigenschaften auf die Gesundheit und ist definitiv nicht als ungesund einzustufen. Die folgenden positiven Eigenschaften von scharfen Gerichten und Lebensmitteln sind bekannt:

- Sie schütten Endorphine aus (Hormone die glücklich machen)
- Scharfes wirkt antibakteriell
- Capsaicin (die Schärfe der Chili und Peperoni) soll den Cholesterinspiegel senken
- Capsaicin soll ebenfalls positive Auswirkungen auf das Herz haben
- Sie sind verdauungsfördernd (in Maßen angewendet!)
- Sie fördern die Durchblutung
- Befreien die Nase und Atemwege
- Helfen bei Schnupfen (Für die ganz Harten auch bei Halsweh)
- Eine chinesische Studie schreibt dem scharfen Essen sogar lebensverlängerte Eigenschaften zu
- Außerdem soll Schärfe als leichtes natürliches Aphrodisiakum funktionieren

(Schön scharf und feurig aber trotzdem genießbar und gesund, rote Paprika scharf mit grünen Peperoni Stückchen und Knoblauch Kräuter Marinade)

### Welche Stoffe machen Lebensmittel so scharf?

Jedes scharfe natürliche Lebensmittel hat seinen ganz eigenen „Scharfmacher“ hier ein paar Beispiele:

- Bei Pfeffer – Piperin
- Chilischoten, Peperoni und Paprikasorten – Capsaicin
- Knoblauch – Allicin
- Ingwer – Gingerol
- Bei Meerrettich und Senf – durch sog. Senföle

### „Scharf“ ist mehr eine Schmerzreaktion als ein Geschmack

Neben den fünf Geschmacksrichtungen: Süß, Bitter, Sauer, Salzig und Umami nennen viele Menschen auch „Scharf“ als eine Geschmacksrichtung. Dies ist jedoch falsch, denn die Reaktion auf scharfes Essen ist mehr eine Schmerzreaktion, als eine auf der Zunge durch Rezeptoren generierte Empfindung die dem Gehirn einen Geschmack der Nahrungsmittel übermittelt. Daher ist auch jeder Mensch individuell auf seinem persönlichen Schärfegrad der Nahrung ausgerichtet Während für den einen bereits ein Curry Ketchup eine unerträgliche Schärfe darstellt, ist es bei dem anderen erst nach einigen Jalapenos oder teils extremen Piri Piri der Fall. Meine persönliche Empfehlung unter den Jalapenos für Bequeme sind die Qualität ist super und sie sind schon schön fein vorgeschnitten. Wer einmal scharfe Piri Piri probieren möchte, aber zum Einstieg nicht am Ende der Schärfemesslatte dieser Sorten einsteigen will, dem kann ich die geschroteten Piri Piri ans Herz legen.

### Wie wird Schärfe gemessen

Der internationale Schärfegrad eines Essens bzw. einzelner Lebensmittels wird in der Messeinheit „Scoville“ gemessen. „Normale“ Chilisoßen wie z.B. Tabasco haben je nach Sorte zwischen 2000-9000 Scoville, reiner Cayennepfeffer bringt es bereits auf bis zu 50000 Scoville, Piri-piri auf über 100000 Scoville und die unfassbar scharfe Chili-Sorte aus Afrika mit Namen „Trinidad Moruga Scorpion“ auf 2 Millionen! Das ist etwa die Kraft eines Pfeffersprays zur Personenverteidigung! Eine normale Gemüsepaprika enthält im Vergleich dazu nur einen

winzigen kaum bemerkenswerten Wert zwischen null und zehn Scoville. Die Schwelle an dem der Mensch in Scoville gemessen Schärfe registriert beträgt ca. 16 Scoville.

In der Gegenrichtung wird es dann total krank mit der „Mad Dog 357 No.9 Plutonium“ eine unfassbar scharfe und gefährliche Chilisoße mit 9 Millionen Scoville!! Da ist die [Mad Dog 357 Silver Edition Hot Sauce](#) (für mich absolut unerträglich scharf!) ein Witz dagegen. Die „Plutonium“ wird nur noch durch reines Capsaicin in Kristallform mit bis zu 16 Millionen Scoville übertroffen, absolut ungenießbar und lebensgefährlich!

Eine aktuell fast [60 Sorten große Scoville Rang-Liste](#) der schärfsten Chilis- und Chilisoßen wurde zusätzlich bereits auf dieser Seite erstellt.

### **Was für negative Auswirkungen kann zu scharfes Essen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden haben?**

Zu feuriges Essen insbesondere bei totaler Übertreibung mit zu scharfen Lebensmitteln wie z.B. bei Schärfe-Wettessen und anderen mehr oder weniger meiner Meinung nach sinnfreien Aktivitäten, kommt es tatsächlich zu einer gesundheitlichen Beeinträchtigung und es kann sogar lebensgefährlich werden! Die Symptome von viel zu scharfen Gerichten sind nach dem Essen in von der schwere aufsteigender Sortierung:

- **Übelkeit**
- **Erbrechen**
- **Magen und Darmkrämpfe**
- **Kreislaufzusammenbruch**
- **Herz Kreislauf Versagen**
- **Tod**
- **Sodbrennen**
- **Durchfall**
- **Luftnot**
- **Extreme Entzündungen der Magen und Darmschleimhäute**
- **Totaler Zusammenbruch bis hin zu Koma**

Reines Capsaicin in Kristallform würde sofort zu unfassbar grausamen Schmerzen und Reaktionen führen, es wäre gar nicht freiwillig konsumierbar und sollte niemals gegessen werden, genauso wenig unverdünnte brutale Lebensmittel über 2 Millionen Scoville. Das ist definitiv ungesund und schädigt auf Dauer den Körper!

### **Kann zu scharfes Essen richtig gefährlich werden?**

Die oben angegebenen Symptome wie Koma, komplettes Herz- Kreislaufversagen und letztendlich Tod sind natürlich eher selten, die meisten Konsumenten brechen bereits weit vorher und unter höllischen Schmerzen ab oder werden ohnmächtig. Niemals sollte man sich unbedarft einfach eine Flasche mit extrem scharfer Chilisoße in den Mund kippen nur um angeben zu können wie stark man doch ist. Ab einer gewissen Schärfe geht jeder in die Knie. Gesund ist es dann das Ganze sicher nicht mehr!

### **Scharfes Essen während der Schwangerschaft und der Stillzeit:**

Auch wenn sie es natürlich vorher mit ihrem Frauenarzt abklären sollten, so schadet in der Regel sowohl während der Schwangerschaft als auch in der Stillzeit die Fortführung ihrer normalen Ernährung und des dabei von ihnen bereits tolerierbaren Schärfegrades nicht. Sie und ihr Kind müssen sich dabei wohl fühlen. Von Experimenten, wie z.B. an einem Schärfewettbewerb teilnehmen wird ihnen jedoch jeder Arzt abraten! Als Schwangere Chilis und Peperoni essen ist nicht schlimm, jedoch sollte man es auch nicht damit übertreiben.

### **Was ist das schärfste natürliche Lebensmittel der Welt?**

Als reines „natürliches“ Nahrungsmittel ist es nach meinem Stand aktuell die gezüchtete Chili- Hybride „Carolina Reaper“ mit Spitzenwerten von unglaublichen 2,2 Millionen Scoville. Einfach unfassbar und ebenso unfassbar blöd wer wissentlich da genüsslich reinbeißt! Eine absolut lebensgefährliche Schmerz Hölle!

### **Fazit:**

Scharfes Essen und scharfe Lebensmittel sind gesund, solange nicht damit übertrieben wird. Schädlich für den Körper werden nur die extremen Schärfegrade und Essen welches uns keine „Freude“ sondern nur noch Schmerzen bereitet wenn wir es zu uns nehmen. Menschen mit empfindlichem Magen sollten weniger scharfe Lebensmittel zu sich nehmen. Konsumenten mit Darmproblemen, Reizmagen und Entzündungen der Verdauungsorgane sollten vor dem Konsum unbedingt mit ihrem Facharzt sprechen, ob es so in Ordnung geht. Wer es nicht übertreibt und körperlich gesund ist, der tut sich mit scharfen Essen etwas Gutes, solange es noch individuell schmeckt.