



Deutsches Maiskomitee e.V. (DMK)

News

Deutsches Maiskomitee e.V. (DMK)
Dr. H. Meßner (verantwortlich)
Dipl.-Ing. J. Rath · Dr. Susanne Kraume
Brühler Str. 9 · 53119 Bonn
Tel.: 0228/926580
Fax: 0228/9265820
Internet: www.maiskomitee.de
E-Mail: dmk@maiskomitee.de

06/2012

Zuckermais auf den Grill

Bonn (DMK) – Zuckersüß, knallig gelb und richtig lecker. Das ist Süßmais. Dieser Mais ist eine andere Variante, viel süßer als der Silo- oder Körnermais, der in der Regel auf den Feldern in Deutschland zu sehen ist. Süßmais oder Zuckermais hat höhere klimatische Ansprüche und wird deshalb hierzulande nur auf rund 1.900 ha angebaut. Im Vergleich dazu liegt die Anbaufläche für Silo- und Körnermais in diesem Jahr bei etwa 2,68 Mio. ha. Dieser Mais dient als Futtergrundlage für die Tiere, zur Energieerzeugung oder zur Stärkegewinnung.

Der Zuckermais hingegen wird vom Menschen verzehrt. Gerade in der Grillsaison ist das Gemüse wegen seines süßen Geschmacks eine beliebte Alternative auf dem Grill. Anders als beim Silomais, der im Zuge des Prozesses von der Milchreife zur Teigreife Stärke eingelagert und dann mehlig schmeckt, behält der Süßmais zunächst seinen süßen Geschmack. Die Umwandlung von Zucker in Stärke erfolgt bei den Zuckermaissorten etwas später. Dennoch sollte er zügig verzehrt und nicht lange aufbewahrt werden.

Zuckermais gilt als sehr gehaltvolles Gemüse mit einer günstigen Zusammensetzung von Kohlenhydraten, Proteinen und Fett. Er ist besonders reich an Vitaminen wie Provitamin A, Vitamin B1, B2, B3, B6 und Vitamin C sowie Mineralstoffen wie Kalium, Calcium, Eisen, Natrium und Phosphor.

Rund um den Zuckermais bietet das DMK zahlreiche leckere Rezepte, die unter anderem im Buch „Mais-Rezepte“ veröffentlicht wurden. Dieses kann über www.maiskomitee.de unter Service/Medien bestellt werden.

(1.545 Zeichen)