



## **Zuckermais für die Grillsaison**

Der Sommer verwöhnt mit sonnigem Wetter und lauen Nächten – es ist Grillzeit!

Da darf auch der Maiskolben nicht fehlen. Doch Kolben ist nicht gleich Kolben. So verlockend es ist, sich im benachbarten Maisfeld für das Grillfest zu bedienen, handelt es sich hierbei nur in Ausnahmefällen um den süßen und schmackhaften Zuckermais. Das Deutsche Maiskomitee (DMK) weist darauf hin, dass der in der Regel zur Tierernährung angebaute Mais und Zuckermais sich in ihren Anbauansprüchen und Erscheinung weitgehend gleichen, doch laufe beim Zuckermais die Umwandlung von Zucker zu Stärke durch ein bestimmtes Gen langsamer ab. Im Milchreifestadium, bei dem die Kohlenhydrate im Korn noch als Zucker und nicht als Stärke eingelagert sind, werden dann die Kolben geerntet, so die DMK-Meldung. Am besten schmeckt Zuckermais, wenn er nach der Ernte frisch verzehrt wird, da bereits nach wenigen Tagen sich der Zucker im Maiskorn zu Stärke abbaut.

Geerntet wird hierzulande der Zuckermais je nach Sorte und Reife von Ende Juli bis Ende Oktober. Er kann roh, gegrillt oder gegart verzehrt werden. Das DMK empfiehlt beim Kochen dem Zuckermais kein Salz hinzuzufügen, sonst werden die Körner hart. Stattdessen kommt ein Stich Butter und eine Prise Zucker ins Kochwasser.

Die Kochzeit beträgt - je nach Größe der Kolben - zwischen 10 und 15 Minuten. Die Körner sollten sich mit der Gabel leicht vom Kolben lösen lassen. Mit ein wenig Butter wird der Maiskolben noch schmackhafter. Einfrieren lassen sich die Maiskolben, indem man sie ca. 5 Minuten in kochendes Wasser legt und nach dem Abtropfen in luftdicht verschlossene Folienbeutel verpackt. Sie sind dann etwa acht Monate ohne Qualitätseinbußen haltbar. Zum Auftauen wird der Mais dann erneut ca. 10 Minuten in kochendes Wasser gegeben.