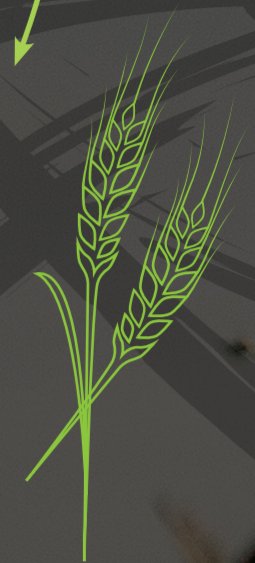


# MAIS

SOMMERGETREIDE

kein GEMÜSE



mindestens **500** unterschiedlichste unter Verwendung von Mais hergestellte Produkte

1

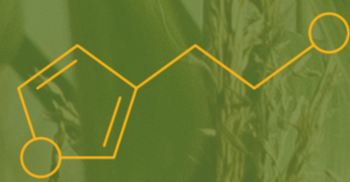
bietet **BALLASTSTOFFE**

**1/3** der täglich empfohlenen Mindestmenge in einem Kolben enthalten

frei von **HISTAMIN**

2

nur bei frischem Mais  
Histaminintoleranz (Histaminose): Unverträglichkeitsreaktionen,  
wie **Hautausschlag, Bauchschmerzen, Kopfschmerzen**



gute **CO2-BILANZ**

Emissionswert unter **120g CO2** pro 100g

Vergleiche:  
Flug von Düsseldorf nach London = 310 Kg CO2

unterstützt **MUSKELN & NERVEN**



**15%** des Tagesbedarfs an Magnesium stecken in 100g Mais

4

kein Gluten enthalten

Regulation des **WASSERHAUSHALTS**

ca **150 mg** Kalium enthalten  
positiv für:  
Flüssigkeitshaushalt im Körper  
& ausgeglichener Blutdruck



6

sehr **NAHRHAFT**

sehr **süßer** Geschmack durch hohen  
Zuckergehalt  
im Laufe der Zeit: Zucker wandelt sich in  
nahrhafte Stärke um



## NÄHRWERTE

pro 100g

Brennwert **86** kcal

Eiweiß **3**g

Kohlenhydrate **15,8**g

davon Zucker **1,4**g

Fett **1,2**g

Ballaststoffe **4**g

süß,  
dank natürlichem Zuckergehalt

**Geschmack**

Frische Kolben  
von **Juni bis Oktober**

**SAISON**

Land der Maja & Azteken  
Spuren in Mexiko von **3000 v. Chr.**

**HERKUNFT**