



Maismehl - Glutenfreie Mehlsorte

Woher kommt Maismehl?

Maismehl wird aus Feldmais oder Körnermais gewonnen.

Was steckt im Maismehl?

Maismehl enthält kein Gluten, ist sehr stärkehaltig und weist einen hohen Kohlenhydratanteil, ungesättigte Fettsäuren und viele Mineralstoffe wie Calcium, Eisen, Natrium, Kalium, Phosphor und Eisen auf. An Vitaminen sind die Vitamine A, E, C und B-Vitamine enthalten.

Anwendung von Maismehl

In der Küche:

Das feine Maismehl eignet sich ideal um Suppen und Soßen zu binden oder Klöße herzustellen. Mexikanische Tortillas und Mais-Fladenbrot werden ebenfalls aus dem gesunden Mehl hergestellt. Mit Maismehl gelingt aber auch herzhaftes und süßes Gebäck, Pfannkuchen oder Soufflé.

Maismehl ist zur Zeit in keinem GEFRO-Produkt enthalten: