

HELI KUUSK



Emasõisikud, millest arenevad viljad ehk tölvikud, asuvad lehekaenas. "Maisjuuksed" ehk emakasüümed on eriti väärtuslikud ja tervistavate omadustega.



Mais on ilus taim, millest saab aeda suveks toreda roheline seina.

Mais on risttolmleja, seepärast on kasulik tuulevaestel päevadel taimi raputada, et soodustada tolmllemist.

Maitsvaim piimküpsuses

Suhkrumais kasvab 0,8–3 m kõrguseks, moodustades ühe põhivarre ja 2–4 kõrvalharu. Lineaalseid lehti on tavaliselt 11–19. Emasõisikud asuvad lehekaenaldes, isasõisikud ladvaosas. Taim õitseb kuni 10 päeva.

Küps tölvik on tavaliselt umbes 24 cm pikkune, kuid on ka poole lühema viljaga sorte – 10–15 cm. Kujult võib tölvik olla silindriline või koonuseline.

Ühel tölvikul on keskmiselt 8–16, mõnikord ka 32 rida terasid. Üks taim kasvatab sõltuvalt sordist 1–3 tölvikut, eriti palju tölvikuid annab aga minimais.

Kõige maitavamad on tölvikud piimküpsuse faasis, kui terad alles paisuvad ja on mahlakad. Selleni kulub sõltuvalt sordist 80–150 päeva.

Piimküpsuse tunneb ära selle järgi, et terad on läikivad ja siledad ning nende read puutuvad omavahel tihedalt kokku. Kui terad muutuvad kortsuliseks, on kuivad ning klaasjad, siis on need ülevalminud.

Põnevamaid sorte

Kreemikasvalgete teradega 'Albiino' kasvab kuni 3 m kõrguseks. Sordil 'Cherokee White Eagle' on tölvikud aga nii valgeid, siniseid kui lillakaid teri, tölvik kasvab kuni 25 cm pik-

kuseks ja taim kuni 2,5 m kõrguseks.

Siniste tölvikutega 'Hopi Blue' talub pikka aega pöuda.

Efektset punased tölvikud on sortidel 'Sweet Scarlet' F₁ (taimed tuleb kindlasti ette kasvatada) ja 'Bloody Butcher', viimane on eriti maitsev.

Maisiterades on palju kasulikke aineid: terve hulk organismile vajalikke vitamiine, oomega-3 ja oomega-6 rasvhappeid, hulgaliselt karotinoide, mineraalaineid jne. Maisitera koor sisaldab väärtuslikku glutamiinhapet, mis mõjub hästi när-

visüsteemile ning on hea aju- ja südamehaiguste korral. Mais on oluline toit tsöliaakiahaigetele, kes ei talu gluteeni ehk liimvalku.

Piimküpsuses korjatud tölvikud tuleb aga kohe värskest ära süüa, sest toasoojas seistes kaotavad nad kolme ööpäeva jooksul peaaegu poole oma suhkrusisaldusest. Külmutamiseks säilivad nad 4–5 päeva. Säilitamiseks võib terad sügavkülmutada või konserveerida. Väikesi tölvikuid (pikkus kuni 10 cm) on tore marineerida ning kasutada ühepajatoitudeks.

HELI KUUSK



Pikad kirjud tölvikud on pärit segupakkidest 'Etnell' ja 'Harlequin', lühikesed punased tölvikud on 'Erdbeermais', pikad tumepunased 'Ruby Queen' F₁.