

Maíz Azul

Nombre científico: *Zea mays*

Nombre común: Maíz azul.

Origen: México

Descripción: es una planta herbácea que llega a medir hasta 2m de altura, sus hojas son largas y cambian de color según la madurez de la planta, cuenta con inflorescencias femeninas y masculinas la mazorca puede ser de color azul fuerte a azul-morado.



Clima y Suelo

- Requiere suelos ricos en materia orgánica y húmedos.
- La temperatura media para el maíz es de 14-18°C.

Aporte nutricional

- Vitamina A, vitamina C, vitamina E, vitamina B1, piridoxina, niacina, fósforo, calcio, potasio, magnesio, compuestos fenólicos, antocianinas, proteínas, hidratos de carbono, fibra.

Partes utilizables:

- Hoja y mazorca

Usos:

- Ingrediente principal en la gastronomía mexicana, se usa para la preparación y conservación como nixtamalización, para la preparación de harinas, preparaciones asadas, hervidas, horneadas, en la elaboración de totopos, tostadas, atoles, caldos y sopas, pan, las hojas del maíz se utilizan para envolver tamales, pescados, alimento para ganado, etc.

Toxicidad

- Nula.

Derechos Reservados 2022



El Tlacualero
Huerto Demostrativo

<https://www.incmnsz.mx/opencms/Huerto-Tlacualero/>