



Wissenswertes über Maniok

Maniok ist eine der wichtigsten Nahrungspflanzen der Welt, für über 500 Millionen Menschen gar überlebenswichtig. Klimaforscher bezeichnen sie als Rambo-Wurzel, da sie äusserst widerstandsfähig ist und die Böden mit Nährstoffen bereichert. Roh sind die Wurzelknollen giftig. In den meisten lateinamerikanischen Ländern werden sie

ähnlich wie Kartoffeln zubereitet, etwa als Pommes Frites. In Afrika schätzt man sie, eingewickelt in Palmbblätter, als Bobolo. Das Mehl lässt sich wie Weizenmehl verwenden und bietet sich bei Zöliakie als Alternative an. Aus der getrockneten Wurzel wird Tapioka – Stärkekügelchen zum Binden von Saucen und Süssigkeiten – hergestellt.

Quelle: Zeitschrift oliv 2/16

Bei claro Weltladen Wohlen sind die feinen Maniok Chips in zwei Varianten erhältlich:



Knackige **Maniok Chips Taco** im 50g-Beutel



Knackige **Maniok Chips Salz** im 50g-Beutel