

- Maitake – Delikatesse und Vitalpilz in einem

In China und Japan wird der Maitake nachweislich seit mehreren Jahrtausenden gesammelt und gegessen. Neben dem Shiitake zählt er dort heute zu den wichtigsten Pilzen. In Japan heißt er auch der „tanzende Pilz“. Der Name wird mit der Freude über den seltenen und wertvollen Fund erklärt. Entsprechend wurden seine Fundorte streng geheim gehalten. Im deutschsprachigen Raum ist er als „Klapperschwamm“ bekannt. Wie in Asien wird der Vitalpilz inzwischen auch hierzulande aus gutem Grund sowohl als erlesene Delikatesse wie auch als potentes Nahrungsergänzungsmittel intensiv genutzt.

## Einer der wichtigsten Vitalpilze

Der Maitake (lateinisch: Grifola) ist ein Baumpilz, der in Erdnähe auf warmen, nährstoffreichen und grundwassernahen Standorten auf uralten, meist abgestorbenen Bäumen oder Baumstümpfen lebt. Wo er gedeiht, kann er mehrere Kilo schwer werden. In Deutschland ist der Klapperschwamm überaus selten. Maitake für den Verzehr und als Nahrungsergänzung stammt heute daher meist aus speziellen Kulturen.

Insbesondere in China und Japan ist der Maitake als Speise- und Vitalpilz beliebt. Der zu Pulver gemahlene Fruchtkörper wird vielfältig verwendet. In der Fachwelt gilt der Maitake heute als einer der bedeutendsten, nutzbaren Pilze. Wegen seiner an Nüsse erinnernden Geschmacksnote ist er ein ebenso begehrter wie wesentlicher Bestandteil der asiatischen Küche. Aufgrund seines hohen Gehalts an Kohlenhydraten und Ballaststoffen ist der Maitake sehr sättigend. Als Vitalpilz wird er jedoch vor allem wegen seiner zahlreichen bioaktiven Substanzen geschätzt.

## Außergewöhnliche Nährstoffkombination

Der Maitake besteht zu mehr als 50 Prozent aus unterschiedlichen Polysacchariden, darunter Substanzen wie  $\beta$ -Glucane (D-Fraction und Grifolan). Hinzu kommen sogenannte Proteoglycane, Sterole, Lectin, Enzyme sowie eine ganze Reihe an Mineralstoffen und Vitaminen:

- Vitamin B1 (Thiamin),
- Vitamin B2 (Riboflavin),
- Vitamin B3 (Niacin),
- Vitamin B5 (Pantothensäure),
- Ergosterol (eine Vorstufe von Vitamin D),
- Kupfer,
- Eisen,
- Selen,
- Calcium und
- Kalium.

Diese außergewöhnliche Kombination unterschiedlicher Nährstoffe machen den Maitake zu einem der begehrtesten Vitalpilze. Wichtig ist jedoch, auf die Herkunft des Pilzes und auf die Qualität der Verarbeitung zu achten! Unser Maitake-Pulver ist ein zu 100 Prozent reines Naturprodukt, das von uns ausschließlich im äußerst schonenden Gefriertrocknungsverfahren verarbeitet wird. Hierbei sind keinerlei Hilfs- oder Zusatzstoffe erforderlich: Das Maitake-Pulver ist selbstverständlich ohne Konservierungs- oder Süßstoffe, ohne Fruchtzucker und ohne Aromazugaben. Es ist von Natur aus vegan, laktosefrei und glutenfrei.



**Tipp:** Der Maitake ist eine vielseitig einsetzbare Delikatesse. Auch das Pulver eignet sich hervorragend zum Kochen und Backen, außerdem zu der Herstellung vom Smoothies, beispielsweise mit Ananas und Kokos: Sie benötigen zwei bis drei Scheiben Ananas (gewürfelt), 400 Milliliter Kokoswasser, eine Handvoll Grünkohl (gewaschen und vom Strunk befreit) und einen Messlöffel voll Maitake-Pulver. Ab in den Mixer – fertig.

## Aufbewahrung:

Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25 °C.

## Zutaten:

100 % Maitake-Pilze, getrocknet und gemahlen

Durchschnittliche Nährwerte	je 100g
Brennwert	377 kJ / 90 kcal
Fett	3,83 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,34 g
Kohlenhydrate	60,17 g
- davon Zucker	18,8 g
Eiweiß	25,51 g
Salz	0,04 g

**Inhalt:** 80 g

**PZN:** 12584905

Natürliche Kraft aus der Pflanze

PlantaVis GmbH, Rudeloffweg 9, DE-14195 Berlin, Web: [www.plantavis.de](http://www.plantavis.de)  
Tel.: (0) 30 89 000 105, Fax: (0) 30 89 000 110, E-Mail: [info@plantavis.de](mailto:info@plantavis.de)

PLANTAVis

# VITALPILZE

---

## LEBENSKRAFT AUS DEM BODEN

Vitalpilze sind sehr facettenreich, denn sie liefern uns wichtige Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Aminosäuren. Die speziellen Stoffe der Vitalpilze unterstützen unser Immunsystem sowie unser Verdauungssystem bei der täglichen Arbeit. Außerdem besitzen diese Mikroorganismen Antioxidantien, die unsere Zellen vor freien Radikalen schützen.

Entdecken Sie selbst die zahlreichen Inhaltsstoffe unserer PlantaVis Vitalpilze in Pulverform und erfahren Sie mehr über die einzelnen Aufgaben, die Sie im Körper erfüllen!