

Popcorn

Popcorn är ett nyttigt godis, faktiskt fullkorn, och jag gillar popcorn. Men majs är en av de vanligaste grödor som genmanipuleras (förutom vete och soja), och jag vill därför inte äta majs från USA. I EU är det förbjudet att sälja genmanipulerade livsmedel, men eftersom majs pollineras med vinden har jag svårt att se att man skulle kunna hålla sin odling fri från förorening av genmanipulerad gröda i närområdet, även om man skulle vilja. Jag har därför hittat en liten leverantör, WePoPoP, som drivs av en svensk familj popcorn-fantaster, som säljer spansk popcornmajs. Visst är det enkelt att poppa i mikrovågsugn, men vi har skänkt bort vår mikro, eftersom jag tror att man förstör näringsinnehållet i maten med den. Jag köpte en elektrisk pop-maskin som poppade utan fett, men då smakade det inte så mycket om popcornen och saltet fastnade inte på dem, så den gav jag bort.

Att poppa popcorn i kastrull är en konst, eller kanske en vetenskap, och ibland har jag misslyckats med mina popcorn utan att fatta vad jag gjort för fel. En av WePoPoP's grundare fördjupade sig i denna vetenskap när han studerade livsmedelskemi på Chalmers, och på deras hemsida finns många bra tips. Om du är intresserad, läs gärna mer där, men jag tänkte redogöra för deras metod att få så stora och krispiga popcorn som möjligt, och som jag tycker fungerar bra.



Jag har en vanlig spis med glashäll, så det är en metod för sådan spis som beskrivs. Om du har gasspis eller induktionshäll finns speciella instruktioner på Wepopop.com. För att få perfekta popcorn behöver man vara noga med proceduren.

1. Det är viktigt att välja rätt kastrull. Den ska vara tjockbottnad för att värmen ska spridas jämnt. En 3-liters kastrull är bra, så att en ordentlig mängd popcorn får plats utan att locket lyfts av och popcornen ramlar ut.
2. Häll 3-4 msk, dvs ca 0,5 dl, olja i kastrullen. Jag brukar aldrig mäta exakt utan tar så mycket att oljan kan täcka botten när den blir uppvärmd. Det är viktigt att inte ta för litet olja för då kan poppningen misslyckas. Jag tror att det ofta varit orsaken till att mina popcorn inte poppat som de ska, utan blivit små och stenhårda. Jag använder kallpressad ekologisk svensk rapsolja som har neutral smak och tål upphettning, men genom att välja andra oljor kan man få litet annan smak på popkornen.
3. Man kan tillsätta saltet direkt i oljan innan man häller i popcornen. Det sägs att det ger krispigare popcorn och jämnare fördelat salt. Om man vill att saltet ska spridas så jämnt som möjligt är det bra om man mortlar det.
4. Sätt på spisplattan på ca 80% av maxvärme, vilket innebär 7an av 9 på min spis.
5. Lägg 5 opoppade majskorn i kastrullen som indikator, för att veta när temperaturen är lagom att hälla i resten av popcornen.
6. När alla majskorn poppat – passa noga, för om du väntar bara en liten stund för länge efter att femte majskornet poppat kan det bli för varmt i kastrullen och poppningen misslyckas.
7. Lägg i majskorn så att botten på kastrullen täcks. Skaka kastrullen så att alla majskorn verkligen täcks av olja.
8. När majskornen poppar för fullt sänks värmen till 60% av full effekt (5an av 9 på min spis) för att temperaturen inte ska bli för hög så att popkornen bränns.
9. Nu kan man gärna skaka kastrullen så att alla opoppade majskorn ramlar ner på den varma kastrullbotten.
10. Så fort man fått tillräcklig mängd popcorn för att kunna lyfta på locket utan att det poppar över är det bra att ta av locket. Då släpper man ut vattenångan och popcornen blir krispigare.
11. När det blir 3 sekunder mellan varje pop tar man kastrullen av plattan och håller upp popcornen i en skål. Om man inte saltat i oljan, eller om man vill smaksätta popcornen, exempelvis med någon örtekrydda eller örtsalt, är det bäst att göra det nu medan popcornen fortfarande är litet fuktiga på ytan så att kryddorna fäster bra.
12. Vill man ha superkrispiga och knapriga popcorn kan man ställa in skålen med popcorn i ugnen på 100 grader i 15 minuter så att den sista fukten avdunstar.