

ΠΟΠ ΚΟΡΝ..ΜΙΑ ΛΙΧΟΥΔΙΑ ΓΙΑ ΜΙΚΡΟΥΣ & ΜΕΓΑΛΟΥΣ



Το Ποπ κορν (σκασμένο καλαμπόκι ή κρότος καλαμποκιού), ή αλλιώς Πατλάκια/Πασπάτα, Σιταροπούλλα, Παπαλούτσες/Παπαρδούλες, Τσακλία (στην Ποντιακή διάλεκτο), Κοκονέλες (στην Κέρκυρα), Τσατ πατ (στην Καβάλα), Σίταρους, Σιταροπούλλα - Σιταροπούλλες (στην Κύπρο), Βαμπουλίτσες (στον Τρανόβαλτο Κοζάνης), Παπαρδέλες (στο Νεοχώρι Υπάτης), Κουκουφρίκες (στη Βοιωτία) και Φακιόλες (στην Άρτα) είναι **καλαμπόκι** το οποίο έχει φουσκώσει αφού έχει θερμανθεί.

Το καλαμπόκι είναι σε θέση να σκάσει γιατί, σε αντίθεση με άλλα **δημητριακά**, οι πυρήνες του έχουν φλοιό που το προστατεύει από την **υγρασία** και έχει μια παχιά **αμυλούχο** γέμιση. Αυτό επιτρέπει στην πίεση να αυξάνεται σταδιακά στο εσωτερικό μέχρι τελικά να «σκάσει». Πλέον, ορισμένα στελέχη του καλαμποκιού καλλιεργούνται αποκλειστικά για να χρησιμοποιηθούν για παρασκευή ποπ κορν.

Ιστορική αναδρομή

Δημοφιλές σνακ από καβουρντισμένους κόκκους αραβοσίτου. Προτού το ανακαλύψουν οι κινηματογραφόφιλοι ήταν ήδη γνωστή και αγαπητή συνήθεια στους κατοίκους των σπηλαιών. Το παλαιότερο εύρημα, ηλικίας 5.000 ετών, εντοπίστηκε στο Νέο Μεξικό και οι επιστήμονες το θεωρούν καθαρά αμερικανικό προϊόν.

Οι ιθαγενείς το απολάμβαναν τοποθετώντας έναν - έναν τους σπόρους αραβοσίτου πάνω από τη φλόγα με τη βοήθεια ενός κλαδιού. Με το ποπ-κορν έφτιαχναν μπύρα και σούπες, ενώ το χρησιμοποιούσαν και για την κατασκευή κοσμημάτων. Κάπως έτσι έμαθε την ύπαρξη του ο Χριστόφορος Κολόμβος.



Είναι καταγεγραμμένο ότι στις **22 Φεβρουαρίου 1630** ένας Ινδιάνος ονόματι Κουαντακένα από τη φυλή των Γουαμπανοάγκ έμαθε την τέχνη του ποπ-κορν σε κάποιους βρετανούς αποίκους στο Πλίμουθ της Μασαχουσέτης. Όσοι από τους Ευρωπαίους το δοκίμασαν ενθουσιάστηκαν τόσο πολύ από τη γεύση του, που το έτρωγαν κάθε πρωί, συνοδεύοντάς το με κρέμα και ζάχαρη. Αργότερα έγινε απαραίτητο συνοδευτικό στο δείπνο της **Ημέρας των Ευχαριστιών**.

Το ποπ-κορν διαδόθηκε ακόμη περισσότερο τον 19ο αιώνα από τους υπαίθριους πωλητές στα πάρκα, στα πανηγύρια και τα καρναβάλια, όταν ο μέσος Αμερικανός άρχισε να έχει περισσότερο ελεύθερο χρόνο στη διάθεσή του.

Με την εξάπλωση της κινούμενης εικόνας, οι πλανόδιοι πωλητές έστησαν τηνπραμάτεια τους έξω από τους κινηματογράφους. Γρήγορα ήρθαν σε

σύγκρουση με τους αιθουσάρχες, που δεν ήθελαν να αποσπάται η προσοχή των θεατών κατά τη διάρκεια της προβολής. Όταν, όμως, οι θεατές επέβαλαν τη θέλησή τους και συνόδευσαν την προβολή της ταινίας με ποπ κορν, οι αιθουσάρχες αναγκάστηκαν να προσαρμοστούν στη νέα κατάσταση και πήραν στα χέρια τους τη διάθεση του προϊόντος, που τους απέφερε επιπλέον κέρδη.

Η γλυκιά συνήθεια άλλαξε κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου και το ποπ κορν απόκτησε αλμυρή γεύση, όταν η ζάχαρη ήταν είδος εν ανεπαρκεία. Στις μέρες μας, το ποπ-κορν είναι ο απαραίτητος σύντροφος της ελαφράς διασκέδασης στους πολυκινηματογράφους όλου του κόσμου. Οι Αμερικανοί κρατούν και σήμερα τα σκήπτρα στην κατανάλωση ποπ-κορν, με 65 κιλά ανά άτομο ετησίως.

Πηγή: <https://www.sansimera.gr/articles/415>

Περιεχόμενο Δραστηριότητας

Πολλοί και διαφορετικοί τρόποι για να δημιουργήσετε μαζί με τα παιδιά αυτήν την εύκολη, γρήγορη και πεντανόστιμη λιχουδιά που λατρεύουν όλοι.
Επιλέξτε την γεύση που σας αρέσει και ξεκινάμε.....

Τα κλασσικά



Υλικά

3 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο, 1/2 κούπα καλαμπόκι για ποπ κορν και, προαιρετικά, αλάτι και βούτυρο.

Εκτέλεση

Τοποθετείτε ένα βαθύ αντικολλητικό σκεύος στο μάτι, σε μέτρια φωτιά, και ρίχνετε μέσα το λάδι και 3 σπυριά καλαμποκιού. Κλείνετε το καπάκι (καλό είναι να έχει τρύπες ή να το κρατάτε μισάνοιχτο για τραγανότερο αποτέλεσμα) και μόλις ακούσετε τα σπυριά να σκάνε, βγάζετε απ' το μάτι και προσθέτετε το υπόλοιπο καλαμπόκι.

Περιμένετε 30 δευτερόλεπτα να ζεσταθούν όλα τα σπυριά, ξαναβάζετε το σκεύος στο μάτι, αλλά προσέχετε να το κουνάτε πάνω απ' τη φωτιά ώστε τα σπυριά ν' ανακατεύονται και να μην καίγονται. Αν δεν ακούγεται άλλο σκάσιμο, βγάζετε το ποπ-κορν απ' το μάτι και, προσεκτικά (ίσως έχουν μείνει 1-2 σπυριά που θα σκάσουν αργά), ανοίγετε το καπάκι και αδειάζετε το περιεχόμενο στο μπολ. Εκεί, όσο είναι ζεστό, προσθέτετε το αλάτι και το βούτυρο (1/2 κουταλιά της σούπας) ή κάποιο μυρωδάτο μπαχαρικό όπως η πάπρικα.

Με αρωματικό λάδι

Για έξτρα αρωματικό αποτέλεσμα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε λάδι που έχετε αρωματίσει από καιρό με κάποιο μυρωδικό όπως είναι το δεντρολίβανο ή το θυμάρι.

Στο φούρνο μικροκυμάτων (χωρίς λάδι)



Βάλτε το καλαμπόκι σας σε μια χαρτοσακούλα, τόση ποσότητα ώστε να μένει αρκετός χώρος (1/4 της κούπας για μια σακούλα που χωρά στο φούρνο) μέσα για το поп κορν. Τοποθετείστε τη σακούλα στον φούρνο μικροκυμάτων και αφήστε στην πιο υψηλή θερμοκρασία για 2 έως 4 λεπτά. Όταν τα σκασίματα αραιώσουν πολύ, το поп κορν σας είναι έτοιμο και πρέπει να το βγάλετε για να μην καεί. Αδειάστε το στο μπολ και προσθέστε αλάτι και βούτυρο.

Με μπαχαρικά



Αρωματίστε το πολ κορν με μπαχαρικά. Μόλις τα αδειάστε στο μπολ και όσο είναι ακόμα καυτά, πασπαλίστε τα με ένα από τα παρακάτω μπαχαρικά:

- καπνιστή πάπρικα
 - κάρι
 - κουρκουμά
- ανάμεικτα πιπέρια
 - πιπέρι καγιέν
- καυτερή πάπρικα ή σκόνη τσίλι

Με παρμεζάνα



Υλικά

- 1 μπολ έτοιμα ποπ κορν (βλ. βασική συνταγή)
- 3 κουταλιές αγελαδινό βούτυρο, ανάλατο (ή μαργαρίνη)
 - 3 κουταλιές τριμμένη παρμεζάνα
 - λίγο αλάτι

Εκτέλεση

Ετοιμάστε το ποπ κορν όπως στη βασική συνταγή.

Διώστε το βούτυρο σε ένα αντικολλητικό τηγάνι, σε μέτρια φωτιά, ανακατεύοντας τακτικά με μια ξύλινη κουτάλα, μέχρι να αφρίσει. Συνεχίστε για 1 λεπτό, μέχρι το βούτυρο να πάρει ένα χρυσοκάστανο χρώμα και να μυρίσει σαν καβουρδισμένο.

Τραβάμε αμέσως από τη φωτιά και περιχύνουμε το ποπ κορν. Πασπαλίστε αμέσως με την τριμμένη παρμεζάνα και ελάχιστο αλάτι, ανακατεψτε και σερβίρετε αμέσως.

Σκορδάτα



Υλικά για 1 μεγάλο μπολ

- 1/2 φλιτζάνι καλαμπόκι για ποπ κορν, καλής ποιότητας
 - 2 κουταλιές ελαιόλαδο
 - 2 σκελίδες σκόρδου
- 1/2 φλιτζάνι τριμμένο πεκορίνο
 - 1/2 κουταλάκι αλάτι

Εκτέλεση

Ετοιμάστε πρώτα τα ποπ κορν, σύμφωνα με την αρχική συνταγή. Αφήστε τα στην άκρη. Σε ένα μικρό τηγανάκι ζεσταίνετε μαζί το ελαιόλαδο με τα σκόρδα σε μέτρια φωτιά, μέχρι να σκορπίσει το σκόρδο το άρωμά του, χωρίς να ροδίσει. Πετάμε το σκόρδο και αποσύρουμε από τη φωτιά.

Αδειάστε το καυτό σκορδόλαδο στα ποπ κορν, προσθέστε αμέσως το τυρί και το αλάτι και ανακατεψτε καλά, με μια ξύλινη κουτάλα. Σερβίρετε αμέσως.

Σοκολατένια



Υλικά

- 1 μεγάλο μπολ έτοιμο ποπ κορν (αρχική συνταγή)
 - 2 κουτ. σούπας σκούρο ρούμι ή κονιάκ
 - 200 γρ. κουβερτούρα, λιωμένη σε μπεν μαρί

Εκτέλεση

Ρίξτε το ποτό στη λιωμένη σοκολάτα και ανακατεψτε καλά. Μόλις βγάλετε τα ποπ κορν από την κατσαρόλα τα ρίχνετε σε ένα μεγάλο μπολ και τα περιχύνετε αμέσως με τη λιωμένη κουβερτούρα. Ανακατεψτε καλά με μια ξύλινη κουτάλα και απλώστε σε ένα ταψάκι, στρωμένο με λαδόκολλα. Τα αφήνετε, για 10 λεπτά, μέχρι να κρυώσει η σοκολάτα και σερβίρετε.

Χρωματιστά



Υλικά

- 1 μεγάλο μπολ έτοιμο πολ κορν (αρχική συνταγή)
 - 1 κουταλιά της σούπας βούτυρο
 - 3 κουταλιές της σούπας ζάχαρη.

Βάλτε 1 κουταλιά της σούπας βούτυρο και 3 κουταλιές της σούπας ζάχαρη σε μια μεγάλη κατσαρόλα ανακατέψτε τα για να γίνουν καραμέλα (σε χαμηλή φωτιά)

Ρίξτε τώρα τα πολ κορν μέσα στην κατσαρόλα με την καραμέλα και ανακάτεψτέ τα καλά. Για να γίνουν χρωματιστά, μπορείς να χρησιμοποιήσεις χρώμα (ή χρώματα ζαχαροπλαστικής) ώστε να έχεις κόκκινα, μπλε ή πράσινα γλυκά πολ κορν! Μην το φοβάστε το χρώμα ζαχαροπλαστικής- τρώγεται άφοβα, χωρίς κανέναν κίνδυνο για την υγεία σας!

Η κατανάλωση του λατρεμένου αυτού σνακ δε μπορεί να συνδυαστεί καλύτερα από την συντροφιά μιας υπέροχης ταινίας ή την ακουστική αφήγηση παραμυθιών...

Προτεινόμενες παιδικές ταινίες

1. Ψάχνοντας τον Νέμο - *Finding Nemo* (2003)
2. Τα μυαλά που κουβαλάς - *Inside Out* (2015)
3. Ο Ρατατούης - *Ratatouille* (2007)
4. Ψηλά στον ουρανό - *Up* (2009)
5. Η εποχή των Παγετώνων - *Ice Age* (2002, 2006, 2009, 2012, 2016)
6. Εγώ, ο απαισιότατος - *Despicable Me* (2010, 2013, 2017)
7. Ψυχρά κι ανάποδα - *Frozen* (2013)
8. Ο βασιλιάς των λιονταριών - *The Lion King* (1996)
9. Αυτοκίνητα - *Cars* (2006, 2011, 2017)
10. Μαλλιά Κουβάρια - *Tangled* (2010)
11. Η Πεντάμορφη και το Τέρας (2017)
12. Οι Απίθανοι (2004)
13. Ντάμπο (2019)
14. Σρεκ - *Shrek* (2001, 2004, 2007, 2010)
15. Πώς να εκπαιδεύσετε τον δράκο σας - *How to train your dragon* (2010, 2014)



Ακουστική αφήγηση παραμυθιών

- <https://www.youtube.com/watch?v=zTuqB5GavrU>, *Ευγένιος Τριβιζάς - Η πριγκίπισσα Δυσκολούλα*
- <https://www.youtube.com/watch?v=YdWXNyn2Hps>, *Κάρλο Κολόντι – Πινόκιο*
- https://www.youtube.com/watch?v=qWlwD0mrSIE&feature=emb_logo, *Ελεάννας Σαντοριναίου- Η Γιγάντια Φίλη Μου*
- <https://www.youtube.com/watch?v=n5ee30k5i0c>, *Ευγένιος Τριβιζάς – Το Ηλιοτρόπιο*
- https://www.youtube.com/watch?v=if_PTrX1dNA, *Shel Silverstein – Το δέντρο που έδινε*
- <https://www.youtube.com/watch?v=rX2-ishw80I>, *Νένα Γεωργιάδου- Το ντροπαλό χταπόδι*
- https://www.youtube.com/watch?v=d5TmBbj_pts, *Murail Marie- Η Μυστηρούλα*

