

CHOKLAD ♥ LAKRITS ♥ KAFFE ♥ TE ♥ DRYCKER

# journalchocolat

TIDSKRIFT FÖR GOD CHOKLADKULTUR | NR 3 | OKTOBER-NOVEMBER 2011 | PRIS 39 KR (INKL MOMS)

*Jenny Levin  
blev årets  
chocolatier*

**OLIVOLJA  
+CHOKLAD**

*Magnus  
Johansson  
laddar om*

Han bröt  
monopolet  
i Ghana

*Te lyfter  
nordisk mat*

Vinn recept-  
böcker och  
hudvårdsset

*Vi guidar bland  
Köpenhamns  
chocolaterier*

*Superlyxiga rätter  
med lakritston*

*Kaffe med  
god efter-  
smak*

Vinn biljetter till  
chokladfestivaler  
i Stockholm och  
Göteborg!

*I höst vill vi dricka*

# KAKAOPORTER

# Olivolja

Olivoljan har kommit till de svenska köken för att stanna. Men det flytande guldet, som oljan också kallas, kan användas till så mycket mer än dressing på sallader och för att doppa bröd i. En olivolja av god kvalitet ger också en spännande smakbrytning i chokladdesserten eller choklادتårtan.

TEXT LEO OLSSON FOTO ANDRÉAS SPANGENBERG

**O**livolja är ett av våra äldsta livsmedel och har använts sedan flera tusen år tillbaka. Olivträdet, *Olea europaea* på latin, har sina rötter i det Kaukasiska området mellan Svarta Havet och Kaspiska Havet, men spreds med tiden till länderna kring Medelhavet. I dag är länder som Italien, Spanien, Portugal, Grekland och Frankrike världsberömda för sin produktion av högklassig olivolja.

–Spanien har den största odlingsarealen, men Italien flest producenter och dessutom en omfattande import av olivolja från andra länder, som förädlas och exporteras vidare. Det är en av förklaringarna till att de italienska olivoljorna är så välrepresenterade på butikshyllorna, säger *Mia Gustavsson*, olivoljeexpert och ägare till OliOli, som importerar italienska, spanska, grekiska och franska delikatesser.

Medelhavsklimatet, med mildra vintrar och heta somrar, är också perfekt för att olivträden ska trivas. Träden kan bli tusentals år gamla och skördas i skarven mellan höst och vinter på ungefär samma sätt som alltid gjorts. Numera finns det skördemaskiner, men de utnyttjas mest för plockning av oliver till enklare olivoljor.

De oliver som används till de bästa olivoljorna skördas fortfarande alltid för hand – en både arbetskrävande och kostsam procedur. För att producera en liter olivolja går det åt cirka sex kilo, vilket motsvarar omkring 3 600 oliver.

Efter skörden gäller det att oliverna omhändertas snabbt för att kvaliteten inte ska försämrats av syreangrepp och skadeinsekter. En låg syrehalt är alltså inte liktydigt med lite smak, utan är tvärtom en kvalitetsstämpel som visar att råvaran omhändertagits och processats på ett optimalt sätt.

–Däremot finns det ingen anledning att stirra sig blind på procenthalten. En olivolja med 0,5 procents syrehalt kan vara minst lika god som en med 0,1 procent. Det är en fråga om tycke och smak, förklarar *Mia Gustavsson*.

**DEN FÖRSTA PRESSNINGEN** sker genom så kallad kallpressning, som innebär att temperaturen inte ska överstiga 28 grader, och ger den bästa oljan, så kallad *extra virgin*. Det är en olja helt utan kemikalier och andra tillsatser och med en syrehalt på högst 0,8 procent.

Pressresterna utnyttjas också för att genom olika industriella metoder, så kallad varmpressning, framställa enklare sorters olivolja.

Det finns flera hundra olika sorters oliver – alla med sin egen karaktär. Men även en rad andra faktorer som var de odlats, när de plockats och hur de omhändertagits påverkar både färg och smak.


–De italienska olivoljorna har generellt en kraftig, pepprig smak jämfört med de spanska och grekiska som är mer milda och söta, även om det naturligtvis finns undantag. Ligurien i nordvästra Italien exempelvis är känt för sina milda olivoljor, säger *Mia Gustavsson*.

Men genom att olika olivoljor har så olika karaktär skiftar även användningsområdet för dem. ➔

## Så provar du olivolja

För provning av olivolja används en liten kopp eller ett litet glas, stort som ett snapsglas. Vid provning av flera sorter – börja med den mildaste och avsluta med den ”pepprigaste”. Ta det fyllda glaset i ena handen och lägg andra handen över glaset som lock – dels för att koncentrera aromerna, dels för att värma upp oljan. Olivoljan kommer bäst till sin rätt vid en temperatur av 27–28 grader. Lyft försiktigt på handen. Dofta och titta på oljan. Ta en liten klunk, lägg på tungan och dra in några korta, snabba luftpuffar. Tryck tungan med olja mot gommen och känn aromerna sprida sig i munhålan. Ta gärna en bit bröd eller några bitar äpple mellan sorterna för att neutralisera smaklöknarna.

# choklad



*Åt en mild olja  
förhöja smaken  
på chokladtårten  
eller moussen.*

**Vinn olivolja  
från Portugal**

Journal Chocolat lottar  
ut fem set riktigt fin  
olivolja från Ramos i  
Portugal. **Se sidan 58!**



Mia Gustavsson, olivoljexpert.

–Det är som med vin, säger Catharina Fundin på Esteban's Agenturer i Tranås, som importerar olivolja från Portugal, Spanien och Italien. Lika lite som det finns ett enda allroundvin finns det en olivolja som passar till allt.

Ett gott råd till den matintresserade är att åtminstone ha tre olika sorters olivolja hemma i köket. En bruksolja med neutral smak som kan användas för till exempel stekning, en mild olivolja till sallader och förrätter samt en kraftig, pepprig sort till grillade maträtter, grytor och pasta.

–De fruktiga och milda olivoljorna passar ofta bäst i anrättningar med choklad. Men till exempelvis en chokladdårta eller chokladmousse med mandel kan det vara läckert att ringla över en olivolja med tydliga toner som tar upp mandelsmaken, förklarar Catharina Fundin.

**JUST I KOMBINATION MED CHOKLAD** kan olivoljan fungera som en spännande smakförhöjare i både varma och kalla rätter. I till exempel Katalonien i nordöstra Spanien används olivolja och choklad bland annat i den klassiska fiskgryta som fiskarna brukar tillaga i sina båtar ute till havs. Den består av bläckfisk, potatis, lök och tomat och är kryddad med chili och mörk choklad.

–Den katalanske mästerekonditorn Oriol Balguer i Barcelona använder också olivolja i en del av sin choklad. En av hans mest populära praliner är den som är smaksatt med olivolja, förklarar Catharina Fundin.

Olivolja och choklad kan med fördel också användas tillsammans med frukt i desserter.

–Ananas och bananer passar perfekt till olivolja och choklad. Stoppa in några bitar god choklad i bananerna och lägg dem på grillen. Avsluta med att ringla lite olivolja och strö över några flingor havssalt. Enklare och godare kan det knappast bli, säger Catharina Fundin.



## Chokladmousse med olivolja och ananas

150 g choklad (t ex Santander 53 procent) färsk ananas 20 g socker fyra ägg 1 vaniljstäng svartpeppar olivolja havssalt

Smält chokladen. Dela på äggulor och vitor. Låt chokladen svalna och mixa den med äggulorna och 100 ml olivolja. Vispa äggvita och socker till hårt skum i en annan skål. Blanda försiktigt chokladsmeten och den vispade äggvitan till en mousse. Öppna vaniljstäng och lägg fröna i lite olivolja. Skär en ananas i tunna skivor och lägg upp på ett fat. Lägg klickar av chokladmousse på ananasskivorna och ringla över olivoljan med vanilj. Toppa med havssalt och svartpeppar. Kan även serveras med hallon.

## Rostat bröd med chokladkräm och olivolja

rostat bröd chokladkräm (t ex Esteban's) olivolja havssalt

Ringla olivolja över det rostade brödet. Lägg på en klick chokladkräm. Gör en grop i chokladkrämen och fyll med olivolja. Toppa med havssalt.

Recepten kommer från Catharina Fundin på Esteban's Agenturer och den spanska olivoljeproducenten Via Augusta.

## Det här är Europas bästa oljor

Tyska gourmettidningen Feinschmecker har för nionde året provat och bedömt Europas olivoljor. I år var det 750 oljor från tretton länder.

Följande tre är bäst enligt Feinschmecker:

**Arbequina** från Monton Alto i Kastilien i Spanien vann klassen för milda och fruktiga oljor.

**Primo Monti Iblei** från Frantoi Cutrera på Sicilien, Italien, vann klassen för mellanfruktiga.

**Melgarejo Selección** från Aceites Campoliva i Andalusien i Spanien blev bäst bland de smakrika och kryddiga.

## Avokadoolja med mersmak

Kallpressad avokadoolja är ett intressant alternativ till olivolja. Vi har provat en ekologisk olja från Ecuador som lanseras i Sverige i höst. Den har en mycket fin avokadosmak och är rik på Omega 3, 6 och 9. Importör är Beriksons, som också tar in den ecuadorianska chokladen Kallari till Sverige.

## RÅCHOKLAD - 4 Nya



**\*Vilda bergsblåbär**  
Plockade på över 3000 meters höjd på Andernas sluttningar.



**\*Salt & Nibs**  
Härlig blandning mellan salt och choklad. Nu också som Råchoklad.



**\*Maca**  
En näringsfyllt och vitaminrik rot som använts i flera tusen år för dess rika innehåll.



**\*Spirulina,**  
Även kallad "mirakelalgen".  
Rik på bl.a. vitaminer & mineraler.



031-44 99 50  
www.zebeda.se