

<style type="text/css"></style>

01 Allmänt

Majs eller sockermajs (*Zea mays* var *saccharata*) odlas inte i Sverige i någon större omfattning. I hemträdgårdens varmaste hörn kan man dock sätta så många plantor som får plats, för att kunna plocka färska kolvar direkt till kokningen i lättsaltat vatten. Får kolven ligga länge innan den kokas, blir majs-kornen sega och hårda, eftersom sockret lätt omvandlas till stärkelse.

Majs är en gammal kulturväxt från Centralamerika -minst 7.000 år gammal -som Columbus tog med sig till Europa. Den blev emellertid inte riktigt populär som människoföda hos oss förrän amerikanerna så småningom lyckades få fram lämpliga sorter av sockermajs.

02 Näringsvärde

Näringsvärde i 100 gram majs-kolv enligt Livsmedelstabell från Statens Livsmedelsverk 1993:

Energi (exkl. fibrer)	359 kJ	86,0 kcal
Vatten	76,0 g	
Aska	0,6 g	
Protein	3,2 g	
Fettsyror, mättade	0,2 g	
Fettsyror, omättade	0,9 g	
Kolhydrater, ej fibrer	15,3 g	
Kostfibreer	3,7 g	
Betakaroten	168,0 mikrogram	
Retinolekv.	28,0 mikrogram	
A-tokoferol	0,8 mg	
Tiamin	0,20 mg	
Riboflavin	0,06 mg	
Niacin	1,7 mg	
Niacinekv.	2,1 mg	
Vitamin B6	0,06 mg	
Folacin	46 mikrogram	

Askorbinsyra	7,0 mg
Natrium Na	3,0 mg
Kalium K	305,0 mg
Kalcium Ca	2,0 mg
Fosfor P	89,0 mg
Järn Fe	0,6 mg
Magnesium Mg	39,0 mg
ZinkZn	39,0 mg
Selen Se	1,0 mikrogram

03 Utsäde

Sockermajs

Earliivee F. 1

Tidig sort (85-100 dagar), lågvuxen (120 cm). Kolvarna blir 15-17 centimeter med 12-14 rader kom, medelvikt cirka 200 gram.

Quickie F. 1

Tidig (85-100 dagar), lågvuxen (120 cm). Kolvarna har både vita och gula kom (30 % / 70 %) och blir cirka 17 centimeter med 12 rader kom, medelvikt cirka 200 gram.

Sugar Buns F. 1

Ganska tidig (90-105 dagar). Ger kolvar med högre sockerhalt än vanlig sockermajs. Utsökt god smak med djupa kom. Kolvarna blir 18 centimeter långa med tunn stock och 14-16 rader kom. Cirka 150 centimeter höga och ger oftast två kolvar. Den är svårskördad därför att skaftet är segt.

Seneca Horizons F. 1

Sen (105-115 dagar). Höjd 150-170 centimeter. Sätter rikligt med sidoskott och ger oftast 2 kolvar per planta. Kolvarna blir 18 centimeter långa med 16 rader kom. God smak.

Aztec F. 1

Sen (100-110 dagar). Slanka kolvar med längden 16-18 centimeter. Har djupa korn och de kan bli tunga. God söt smak. Mycket kraftiga plantor 160-200 centimeter höga. Nästan helt utan sidoskott.

Sweetie 70, F. 1

Extra söta kolvar av högsta kvalitet.

Early King, F. 1

Tidig, normalset majs av bästa kvalitet.

Popcornmajs

Tom Thumb

Extratidig gul popcorn. Varje planta ger 1-2 kolvar som är 5-10 centimeter långa. Kan planteras tätare än sockermajs.

Mini-majs**Minor, F. 1**

Skördas som "minimajs". Kokas lätt eller wookas. Kolvarna är söta i smaken och mjälla.

04 Jordmån

Majs kan odlas på samma ställe år efter år. Välj en varm och vindsyddad plats. Massor av sol och välkultiverad trädgårdsjord är nödvändiga förutsättningar. Jorden kan vara lätt lera eller sandmylla.

Tillsätt mängder av kompostjord. Det hjälper till att hålla fukten. Majsen kan också planteras som tillfällig häck. På hösten myllar man ner stallgödsel.

05 Samodling / Växtföljd

Majs trivs med bönor, gurka, potatis, pumpa, sallat, squash, svinmålla, tomater och ärtor. Trivs inte med rödbetor eller selleri.

06 Sådd / plantering / drivning

Så inomhus i krukor i början av maj och plantera ut när frostrisken är över. I sydligaste delen av landet kan man så majs på friland när jordtemperaturen nått cirka +8-10°C. Plantavstånd cirka 40 centimeter och radavstånd cirka 75 centimeter. 4-5 frön väger cirka 1 gram.

Sockermajsens stora frostkänslighet och relativt långa utvecklingstid gör den svårodlad utanför de mest klimatiskt gynnade delarna av landet. Därför är det nödvändigt att i de flesta fall välja tidiga sorter och kanske att förkultivera. Täckning med fiberduk ger extra god effekt. Majskornen sås på 3-4 centimeters djup.

Plantor som drivs upp inomhus bör stå varmt och ljusst. När plantorna blivit en tvärhand höga kan de stå något svalare. De bör avhärdas och sättas ut när de har blivit 20-25 centimeter höga.

Vindpollinering sker lättare om man sätter plantorna i kvadrat med flera rader i stället för i en enda lång rad.

07 Gödsling

Majs kräver välgödslad, lätt och genomsläpplig jord. Då majsen har grunt rotsystem, måste man vara försiktig med hackning i samband med tillförsel av kompostjord under säsongen. Man myllar ned stallgödsel på hösten. När plantorna nått en höjd av 75 centimeter är det dags att kupa.

08 Bevattning och övrig skötsel

Under torra perioder är det viktigt att vattna. Klipp av hanblomställningarna efter blomningen, så blåser inte plantorna så lätt omkull. Tag bort sidoskott som kommer från marken, så att all styrka dirigeras upp i huvudstammen.

Varje planta ger i regel två eller högst tre kolvar, men man kan låta de allra kraftigaste plantorna bära fler. Övriga kolvar skär man bort så snart de börjar utvecklas.

09 Växtskydd

Odlingen av majs är så gott som problemfri. Se upp med fasaner och andra fröätare, vid direktsådd.

10 Skörd

Majskolvarna är färdiga att skördas när "skägget" (märkestrådarna) i toppen på kolvarna börjar torka och när fröna i kolvspetsen börjat gulna. Kontrollera att majskornen är mogna genom att vika undan bladen och klämna på ett korn. Om majsen är mogen tränger en mjölkaktig saft fram; om den inte är mogen är saften klar och kornen små. Om det inte kommer någon saft alls ha kornen blivit för gamla.

11. Användning och förvaring

Kolvarna kan med fördel frysas råa direkt efter skörden

Skala kolvarna och ta bort blommorna före kokningen i saltat vatten. Koka högst fem minuter.

Odla grönsaker och kryddväxter, AWE/ Gebers 1991

Bonniers stora bok om trädgård, 1994

Handboken FOBO 1987