

L'olio d'oliva è uno degli alimenti dell'area mediterranea più antichi del mondo.

L'olivo, di origine mitica per gli antichi, si coltiva da oltre 15000 anni. I Romani commercializzavano olio e olive in un mercato apposito, l'area olearia, e ne facevano largo uso nelle loro cucine.

L'area mediterranea è il luogo di quasi esclusiva produzione dell'olio, con l'Italia fra i maggiori produttori, dunque la diffusione del prezioso liquido dorato si è avuta in particolare nel sud dell'Europa.

L'alimentazione mediterranea, ricca di alimenti di origine vegetale come verdure, legumi, frutta, pane e pasta, parca nel consumo di pesce, carne bianca, uova e latticini, morigerata nel consumo di vino (solo per gli adulti), si completa con l'apporto dell'olio.

L'olio, alimento così importante, richiede grande attenzione e cura in tutte le fasi di produzione.

Quando le olive provengono da oliveti biologici e si usano particolari tecniche in frantoio, possiamo parlare di OLIO EXTRAVERGINE D' OLIVA BIOLOGICO.

Dalla coltivazione alla raccolta.

Come per ogni altro prodotto biologico, le aziende che vogliono produrre olio biologico devono attenersi al Regolamento Comunitario e sottoporsi a rigorosi controlli degli Enti preposti.

Il Regolamento vieta l'uso di sostanze chimiche di sintesi (concimi, pesticidi). La raccolta delle olive avviene, nel Lazio, da metà Ottobre in poi, nel momento in cui le olive cominciano a cambiare colore (dal verde al nero) e, in generale, in base alle caratteristiche dell'olio che si vuole produrre. Ritardando la raccolta delle olive, l'acidità dell'olio aumenta e si ottiene un olio più dolce, ma meno fruttato. Per ottenere migliori caratteristiche, la raccolta delle olive deve avvenire dalla pianta, sempre su reti, mai da terra.

Olio biologico: le regole in frantoio

Lo stoccaggio delle olive in frantoio deve seguire precise regole, per non alterare le caratteristiche di qualità del prodotto di partenza. Tale aspetto è ancora più importante quando le olive provengono da una coltivazione biologica.

Per evitare l'insorgere di processi che ~~influiscono~~ POTREBBERO INFLUIRE negativamente sulle olive che presto saranno trasformate in olio, sarebbe opportuno garantire le seguenti condizioni:

- conservare le olive in cassette di materiale plastico per alimenti, in modo da assicurare una adeguata ventilazione, evitando l'ammasso sul piazzale di sosta o in sacchi;
- predisporre lo stoccaggio delle olive in luoghi coperti, al riparo dalle intemperie, ma ben ventilati;
- utilizzare tempi di stoccaggio in frantoio che siano i più brevi possibili (48 ore al massimo dalla raccolta);
- lavare accuratamente i contenitori ad uso delle olive "biologiche".

Sulla superficie esterna dell'oliva possono essere presenti terreno e strati di polvere: la defoliazione ed il lavaggio delle olive garantiscono una migliore igienicità e pulizia. Una volta lavate le olive bio, si passa alla fase di molitura. Le macchine utilizzate per la molitura possono essere frantoi (a macine o molazze) o frangitori (a cilindro o a martello). Dalla molitura si ottiene la pasta di olive contenente sia olio, sia acqua che parte solida. A questo punto si procede con la fase della gramolatura, che ha lo scopo di isolare l'olio di oliva dalla pasta. Anche in questa fase bisogna fare attenzione a che la temperatura non superi i 30°C, per non rovinare il sapore e le caratteristiche dell'olio. L'estrazione dell'olio dalla pasta oleosa può avvenire per pressione, per percolamento, per centrifugazione. Si ottiene così un olio biologico, buono e soprattutto sano. Poiché l'olio ha la proprietà di assorbire facilmente le sostanze odorose, assumendo caratteri non graditi, è necessario che l'ambiente dove si effettua la conservazione sia privato di ogni sorgente di odori. L'olio deve essere conservato al riparo dalla luce, da sorgenti di calore e in ambienti con temperatura di 18° C circa. Le confezioni di olio biologico hanno la durata di diciotto mesi.