

Raccolta delle olive

Olio di oliva - Olive da tavola

a) Olio d'oliva



(Az. Barranca)

L'arrivo dell'autunno annuncia il periodo della raccolta delle olive.

Gli ulivi, le olive e il loro "magico" prodotto, l'olio, sono molto diffusi in tutto il mediterraneo e in particolare in Italia dove non c'è Regione che non vanti la sua particolare produzione grazie alle innumerevoli varietà che si sono venute selezionando nel corso del tempo.

L'Italia, dopo la Spagna, è il maggiore produttore di olio d'oliva; la sua produzione si concentra principalmente nelle Regioni del Sud.

Gli esperti potrebbero accompagnarci nelle particolari differenze tra i vari oli: quello delle Regioni del Nord rispetto quelle del Centro e ancora a quelli del Sud o delle Isole.

Noi vogliamo semplicemente proporvi una breve presentazione della cultura e della produzione dell'olio senza entrare nei particolari che potrebbero anche tediarvi il lettore. Obiettivo principale è stimolare la curiosità e quindi invitare alla ricerca dell'olio che più corrisponde al proprio gusto e alle proprie abitudini ben sapendo che l'olio di oliva è uno dei componenti essenziali della dieta mediterranea particolarmente ricco di acidi grassi monoinsaturi (63-83% del totale), specialmente acido oleico e le sue proprietà antiossidanti che tanto bene fanno alla nostra salute e al nostro benessere, decisi come siamo a prolungare il più a lungo possibile la nostra vita e i suoi piaceri.

La coltivazione dell'ulivo, sembra accertato, risale ad almeno 6.000 anni, probabilmente nei territori dell'attuale Siria; successivamente i Greci lo diffondono in tutto il bacino del Mediterraneo.

Il mito nella cultura dell'antica Grecia attribuisce all'ulivo un'origine divina: Zeus per porre fine alla disputa tra Poseidone (Dio del mare) e Atena (Dea della saggezza), decise che il vincitore sarebbe stato chi gli avrebbe presentato il regalo più utile; vinse la "nostra amata" Atena che aveva creato l'albero dell'ulivo.

Un altro mito, invece, riferisce che sarebbe stato Ercole a portarlo dai confini del mondo.

Omero cita frequentemente l'ulivo, ne esalta le virtù dell'olio d'oliva dal quale i suoi eroi traggono un grande beneficio.

Ulisse acceca Polifemo con un tronco d'ulivo; il suo letto nuziale è stato ricavato da un tronco d'ulivo (simbologia di un'unione salda e duratura).

Ai vincitori delle Olimpiadi venivano offerti una corona di ulivo e un'ampolla d'olio.

Nella leggenda sulla nascita di Roma, i gemelli Romolo e Remo nascono sotto un albero d'olivo, nella tradizione l'ulivo diventa un simbolo destinato a distinguere gli uomini illustri. Per gli ebrei era simbolo di giustizia e sapienza.

Nell'Antico Testamento la colomba porta a Noè un ramoscello d'ulivo per annunciare la fine del Diluvio Universale e la riconciliazione tra Dio e gli uomini.

Nel Nuovo Testamento la folla che accoglie Gesù a Gerusalemme agita foglie di palma e di ulivo; sul Monte degli Ulivi Gesù trascorse la notte prima della Passione.

La pianta dell'ulivo si caratterizza per una crescita lenta, in compenso ha una vita lunga (nel meridione

dell'Italia si possono trovare alberi secolari) e l'avanzare degli anni non compromette la produttività.

Le varietà per la produzione dell'olio hanno frutti medio-piccoli con un elevato contenuto di lipidi e una buona resa.

Le varietà impiegate direttamente per l'alimentazione hanno frutti di maggiori dimensioni e una più ridotta resa in olio; per ridurre il carattere amarognolo e renderli così appetibili vengono impiegate diverse modalità di preparazione.







L'ulivo, in origine pianta presente esclusivamente nel bacino del mediterraneo che è caratterizzato da inverno mite ed estate calda, successivamente si diffonde in molte altre regioni del globo terrestre dove il clima è propizio alla sua crescita.

Il ciclo della produzione dell'olio di oliva (scelta della varietà dell'albero, metodo della raccolta e della estrazione dell'olio) ha seguito un'evoluzione nel tempo e un'accelerazione negli ultimi tempi quando l'olio finisce di essere un semplice condimento per diventare elemento essenziale dell'alimentazione.

Chi redige queste note nella sua fanciullezza ha vissuto la fine della produzione quasi arcaica dell'olio

in ambienti dove prevalevano alberi secolari e di dimensioni ragguardevoli e la raccolta del frutto poteva durare settimane e mesi. Le olive venivano raccolte manualmente a terra dopo una maturazione avanzata aspettando di frequente la caduta spontanea oppure con la percussione dei rami (abbacchiatura) con delle pertiche la cui lunghezza variava al variare dell'altezza dei rami da battere.

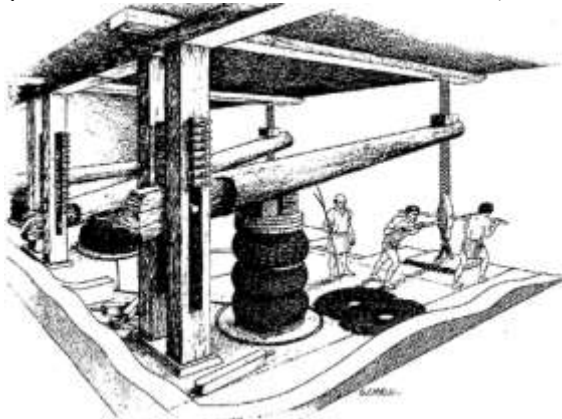
Il frantoio (*trappetum*) era ancora quello del tempo passato. Le olive venivano schiacciate da grandi pietre di granito (molazze) fatte girare in una grande vasca anch'essa in granito. In questa fase il lavoro maggiore era affidato al traino di un animale (asino, cavallo, bue); ai bambini veniva a volte concesso il tempo del gioco cioè guidare l'animale che lentamente faceva girare la ruota.

La pasta di olive così ottenuta veniva messa in pannelli circolari di canapa (fiscoli) impalati l'uno sull'altro e pressati. A far girare la ruota della pressatura era la spinta prodotta da una squadra di uomini (generalmente 4 o 6).

L'olio era a volte abbondante ma certamente di qualità diversa da quella attuale. Oggi l'assaggio di quel tipo di olio non sarebbe certamente apprezzato dai più, in particolare dai nuovi consumatori.



Frantoio del "tempo passato"
(Az. Frantoio Donati dal 1650 in Arezzo)



Frantoio del "tempo passato"
(Olio di Oliva Ieri & Oggi)



Frantoio del "tempo passato"
(blogspot.com)

Raccontata oggi ai giovani che si dedicano alla moderna produzione dell'olio sembrerà un racconto d'altri tempi, ma erano solo gli anni Sessanta del secolo scorso quando andava definitivamente scomparendo il vecchio frantoio per lasciare spazio alla nuova produzione ("a ciclo continuo") certamente più redditizia e più adeguata all'evoluzione del gusto e alla diffusione dell'olio.



Impianti di estrazione dell'olio detti "ciclo continuo" dell'Az Peralisi (lisciocomelolio.blogspot.com)

Oggi, l'olio d'oliva è andato incontro a una vera e propria metamorfosi, non è più un semplice condimento o combustibile per la luce delle lanterne.

Gli esperti ci dicono che bisognerebbe scegliere un olio come si sceglie un vino: non si beve qualunque vino con qualunque pasto ma si sceglie il giusto abbinamento; similmente bisognerebbe fare con l'olio. Più modestamente noi diciamo che l'importante è avvicinarsi a questo "magico" prodotto; poi, come recita il vecchio detto "l'appetito vien mangiando", la scelta raffinata non tarderà a farsi strada.

Esistono, infatti, svariati tipi di olio, le qualità specifiche di ciascun olio dipendono dalla varietà dell'oliva da cui viene estratto. In Italia ci sono circa 50 varietà diverse per la produzione dell'olio extravergine.

La qualità dipende anche dal momento della raccolta e dal tempo e dalla metodologia di estrazione dell'olio.

La raccolta accurata al momento giusto (quando il frutto comincia a virare di colore dal verde al violetto), il metodo giusto (brucatura e non più abbacchiatura o attesa che il frutto maturo cada da solo dall'albero); la spremitura subito dopo la raccolta e l'estrazione a freddo e la definitiva messa al bando della seconda spremitura.





(Az. Barranca)



(Az. Barranca)



Di seguito i **requisiti** per ottenere un buon olio extravergine.

- **Frutto:** integro e sano; le olive schiacciate o lesionate aumentano l'acidità compromettendone le caratteristiche organolettiche.

- **Raccolta - Tempi:** al momento giusto cioè nel periodo di bassa maturità (quello del viraggio di colore della parte esterna del frutto) in modo da trattenere la maggiore quantità di aromi e di sostanze antiossidanti naturali e solo con olive attaccate alla pianta, non raccolte a terra.

Il posizionamento di reti serve a impedire che le olive cadute non entrino a contatto con il terreno, oppure possano ammaccarsi e essere facilmente contaminati da muffe e parassiti.

I disciplinari dei prodotti DOP e IGP di solito impongono i limiti della raccolta e, inoltre, garantiscono l'origine, il prodotto e il suo processo di produzione.
- **Raccolta - Metodo:** la pratica migliore è quella manuale ("brucatura"); altri metodi quali meccanici come la pettinatura, la bacchiatura, uso di scuotitori, non sono selettivi e possono danneggiare sia la pianta che il frutto.
- **Frangitura - Tempi:** dovrebbe essere effettuata entro breve tempo per evitare processi fermentativi; in genere la frangitura avviene a distanza di poche ore dalla raccolta per permettere ai frutti di mantenere inalterate le loro caratteristiche di freschezza e di integrità.

I professionisti che possiedono un proprio frantoio, in pratica, passano dalla raccolta alla frangitura nel breve tempo necessario per il trasporto del raccolto.
- **Frangitura - Metodo:** dopo la raccolta le olive a giusta maturazione portate in frantoio vengono fatte passare nel reparto della defogliatura e del lavaggio per separarle da foglie, rametti, terra e polvere dopodiché sono trasportate all'interno di un frangitore che le sminuzza attraverso l'azione battente di corpi metallici che volteggiano ad elevate velocità.

Il frangitore crea la "pasta di olive" che verrà fatta girare per un certo numero di minuti all'interno di vasche (*gramole*) prima di essere trasferita in un separatore centrifugo orizzontale (*decanter*) dove avviene la separazione dell'olio dall'acqua e dalla polpa/nocciolo (*sansa*).

In ultimo l'olio viene fatto passare all'interno di una centrifuga verticale (*separatore*) che effettua la pulizia finale dell'olio eliminandone impurità ancora presenti.
- **Estrazione:** separazione tra olio, acqua e sansa: con il metodo della "spremitura a freddo" a meno di 27°C senza aggiunta di acqua calda e senza l'utilizzazione di una sorgente di calore che, scaldando il deposito solido prodotto dalla pressione, aumenta la resa a discapito della qualità.
- **Confezionamento e conservazione:** l'olio appena prodotto viene conservato in apposti locali a temperatura controllata all'interno di contenitori in acciaio inox al riparo da luce e aria.

Dopo un periodo necessario a favorirne una naturale decantazione e al fine di mantenere inalterate le sue caratteristiche organolettiche, viene imbottigliato in vetro scuro o in apposite lattine.

La temperatura ideale per la conservazione è di circa 14-18°C, al riparo della luce, lontano da fonti di calore ed evitando il contatto con l'aria che può causare ossidazione dell'olio e conseguente perdita delle sue caratteristiche.



Colore dell'olio: può presentare diverse sfumature dal verde brillante al giallo intenso, dipende dalla varietà delle olive, dallo stadio di maturazione e, pertanto, non è un indicatore affidabile di qualità.

L'olio può avere un gusto fruttato di oliva verde appena raccolta, intensi profumi di erbe aromatiche, di mandorla, di pomodoro, di cardo, di carciofo, di tiglio e di altre componenti del mondo vegetale che possono variare in base alle varietà utilizzate.

L'olio non «invecchia» e deve essere consumato entro sei mesi dopo dall'apertura della bottiglia per evitare che diventi rancido, in particolare, si deve evitare di lasciare aperta anche la bottiglia che si porta in tavola.

Può essere impiegato per la frittura la cui temperatura ideale è intorno a 170-180°C mentre il punto di fumo dell'olio extravergine è intorno ai 210°C.

Il consumatore abituale e ancor più il consumatore "naif" deve abituarsi a scegliere l'olio più adatto al proprio palato e al piatto che vuole consumare.

Classificazione ([Istituto Superiore di Sanità](#)): la normativa di riferimento è il Regolamento (CEE) n. 2568/91 che dispone la classificazione dell'olio destinato al consumo alimentare sulla base di diversi parametri. I principali sono l'"acidità" (quantità di acido oleico libero) e il "numero di perossidi" (sostanze che si formano per processi ossidativi degli acidi grassi).

Le denominazioni

1) Olio di oliva vergine: le olive devono subire SOLO il trattamento di lavaggio, decantazione, centrifugazione e filtrazione.

A sua volta è classificato in:

1a) Olio di Oliva Extra Vergine (olio EVO): acidità inferiore allo 0,8% e numero di perossidi

inferiore a 20 milliequivalenti/chilo (Meq/Kg). In pratica, è il prodotto più ricercato per le sue qualità organolettiche;

1b) Olio di oliva vergine: acidità inferiore al 2% e numero di perossidi inferiore a 20 Meq/Kg;

1c) Olio di oliva vergine lampante: acidità superiore al 3,3% e numero di perossidi superiore

a 20 Meq/Kg.

2) Olio di oliva raffinato, ottenuto da oli vergini con tecniche di raffinazione che non modificano la struttura chimica dei grassi contenuti nell'olio. Acidità inferiore a 0,5% e numero di perossidi inferiore a 5 Meq/Kg.

3) Olio di oliva, ottenuto dal taglio di olio vergine con olio raffinato. Acidità superiore a 0,5% e numero di perossidi inferiore a 15 Meq/Kg.

4) Olio di sansa di oliva greggio, ottenuto con trattamenti della sansa (quello che resta dopo l'estrazione dell'olio e composto dalle bucce, dai residui della polpa e dai frammenti di nocciolo) con solvente. Destinato a raffinazione e usi tecnici. Acidità superiore a 0,5%.

5) Olio di sansa di oliva raffinato, ottenuto per raffinazione dell'olio di sansa di oliva greggio. Acidità inferiore a 0,5% e numero di perossidi inferiore a 5 Meq/Kg.

6) Olio di sansa di oliva, ottenuto dal taglio dell'olio di sansa di oliva raffinato con olio vergine. Acidità inferiore a 1,5% e numero di perossidi inferiore a 15 Meq/Kg

Un indice molto importante della qualità dell'olio, non sempre indicato in etichetta, è il valore dei **polifenoli totali**, sostanze con importante azione antiossidante.

Anche all'interno della categoria extravergine si possono trovare oli estremamente diversi tra loro ed è importante scegliere sempre un olio di qualità, che rispetti caratteristiche chimiche e sensoriali precise come:

- *bassa acidità* (inferiore allo 0,8%);
- *chiaro odore/sapore riconducibile al frutto da cui proviene, l'oliva (sentore fruttato)*;
- *sensazioni di amaro e piccante*, indici di un buon contenuto di polifenoli.

b) Olive da tavola

Queste olive, come detto sopra, seguono un percorso un po' diverso da quello delle olive destinate alla produzione dell'olio.

La raccolta può essere anticipata per le olive verdi o posticipata per le olive nere che infatti vengono raccolte a maturazione completa.

E ancora, possono essere utilizzate intere o sotto forma di paté o di salse. E chi, almeno una volta, non le ha assaggiate in occasione di un aperitivo o non le ha impiegate per arricchire una salsa o un piatto sia esso a base di pesce o di carne o semplicemente vegetariano.

Le tecniche per renderli appetibili, in particolare per eliminare il tipico sapore amaro, variano da zona a zona e a seconda della varietà del frutto in questione.

- salamoia;
- essiccazione al sole, al fuoco, al forno;
- salagione;
- sott'olio;

- sott'aceto.

Anche per questa tipologia di prodotto le ricette variano secondo la localizzazione geografica nella penisola. Ben sapendo che una ricetta e il suo procedimento possono offrire infinite variazioni e anche declinarsi a livello familiare seguendo le proprie tradizioni, risulta arduo fare una disamina delle diverse varietà e delle diverse ricette, si ricordano solo alcune tra le più conosciute.

- **Oliva ascolana del Piceno** (appellazione DOP) oliva di grosse dimensioni tenera e dolce che viene servita farcita e fritta. Se andate ad Ascoli Piceno o anche nelle Regione delle Marche non perdetevi l'occasione di assaggiare questa prelibatezza; si potrebbe andare in Bretagna o sulla costa atlantica francese e mancare le ostriche?
- **Taggiasca**, oliva piccola e gustosa con bassa acidità; originaria della Liguria successivamente è stata diffusa in tutta la penisola.
- **Olive verdi schiacciate**, denocciolate e preparate con olio EVO, peperoncino, origano, finocchio selvatico.
- **Olive verdi in salamoia**, molto diffuse in Sardegna ma altrettanto note in molte altre regioni italiane.
- **Olive farcite**, ancora una volta con i gusti della zona di produzione, il ripieno può andare dalle verdure alle acciughe senza dimenticare il peperoncino.
- **Olive nocellara del Belice** (appellazione DOP) frutto di grande pezzatura e polpa consistente ideali per la conservazione in salamoia, vengono impiegate nella preparazione della caponata, ricetta classica della cucina siciliana.



Oliva ascolana del Piceno (raccontidimarche.it)



Olive verdi schiacciate



Olive taggiasche
(magazine.lorenzovinci.it)



Olive nocellara del Belice
(saporidelbelice.com)

E ancora, un altro breve ricordo personale.

Chi redige queste note si ricorda il lungo ciclo della raccolta delle olive. All'inizio dell'autunno si incominciava con la raccolta delle olive verdi che venivano schiacciate e farcite oppure preparate in salamoia (ricetta estremante facile con il solo inconveniente che si possono offrire solo dopo alcuni mesi di conservazione). E poi, le olive nere quelle che raggiungevano la completa maturazione sull'albero e cadevano spontaneamente e pertanto venivano dette "olive morte"; la lunga attesa sull'albero aveva dato modo di perdere buona parte dell'acidità e si mangiavano come companatico appena raccolte, già sotto l'albero!

P.S.:

Terminiamo questa presentazione augurandoci che la produzione dell'olio extravergine di oliva possa essere prodotto, magari tra non molto tempo, anche a Nantes.
Ed ecco la testimonianza, la presenza degli alberi di ulivo in alcuni luoghi della nostra bella e amata città.



Jardin des Plantes - Nantes



Parc du Grand Blottereau - Nantes



Canal Saint Felix-Loire - Nantes

Fonti principali consultate:

- 1) Olio extravergine di oliva - Istituto Superiore di Sanità ([Clicca qui](#)); 08 Luglio 2021
- 2) «L'Italia del gusto: erbe, spezie e condimenti» Gruppo Editoriale l'Espresso S.p.A., 2011.
- 3) «Star bene con l'olio d'oliva» di Luigi Caricato, Tecniche Nuove Ed. 2003.
- 4) «L'olio e gli altri ingredienti della nostra vita» di Maurizio Pescari, Ed. Rubettino 2021.
- 5) « L'huile d'olive, un « or jaune » » Le Monde, 25 mai 2006.
- 6) «L'olio: storia, tradizione e usi della millenaria cultura dell'olio d'oliva» di Roberto Bosi, Nardini Ed. 1993.
- 7) «Dal sacro al profano. L'olivo ha unito le genti e attraversato la storia dell'umanità» ([Clicca qui](#))
- 8) Olio di Oliva Ieri & Oggi ([Clicca qui](#))
- 9) Wikipedia.
- 10) Aziende produttrici.

Franco Racco

La cueillette des olives, l'huile d'olive – les olives de table

a) L'huile d'olive

L'arrivée de l'automne annonce la période de la cueillette des olives.

Les oliviers, les olives et leur produit « magique », l'huile, sont très répandus dans toute la méditerranée et en particulier en Italie où il n'y a pas une région qui ne vante sa production particulière, grâce aux innombrables variétés qui ont été sélectionnées au cours du temps.

L'Italie est, après l'Espagne, le principal producteur d'huile d'olive ; sa production se concentre principalement dans les régions du Sud.

Les experts pourraient nous accompagner dans les différences spécifiques entre les diverses huiles : celle des régions du Nord par rapport à celles du Centre ainsi qu'à celles du Sud et des Îles.

Nous voulons, quant à nous, vous proposer simplement une brève présentation de la culture et de la production de l'huile sans entrer dans des détails qui pourraient lasser le lecteur.

L'objectif principal est de stimuler la curiosité et donc d'inviter à la recherche de l'huile qui correspond le mieux à son propre goût et à ses propres habitudes, sachant que l'huile d'olive est un des composants essentiels de la diète méditerranéenne, car il est particulièrement riche en acides gras mono-insaturés (63-83 % du total), spécialement l'acide oléique et ses propriétés anti-oxydantes qui font tant de bien à notre santé et à notre bien-être, décidés que nous sommes à prolonger le plus longtemps possible notre vie et ses plaisirs.

La culture de l'olivier remonte, semble-t-il, à au moins 6 000 ans, probablement sur le territoire de l'actuelle Syrie. Les Grecs, ensuite, la diffusent dans tout le bassin méditerranéen.

Le mythe, dans la culture de la Grèce antique, attribue à l'olivier une origine divine : Zeus, pour mettre fin à la dispute entre Poséidon (dieu de la mer) et Athéna (déesse de la sagesse), décide que le vainqueur sera celui qui présentera le cadeau le plus utile ; c'est Athéna, « notre aimée », qui l'emporte en créant l'olivier.

Un autre mythe rapporte que ce serait plutôt Hercule qui l'aurait porté jusqu'aux confins du monde.

Homère cite fréquemment l'olivier, il exalte les vertus de l'huile d'olive dont ses héros tirent un grand bénéfice.

Ulysse aveugle Polyphème avec un tronc d'olivier ; son lit nuptial a été sculpté dans un tronc d'olivier (symbole d'une union solide et durable).

On offrait aux vainqueurs des Olympiades une couronne d'olivier et une ampoule d'huile.

Dans la légende sur la naissance de Rome, les jumeaux Romulus et Remus naissent sous un olivier. Dans la tradition, l'olivier devient un symbole destiné à distinguer les hommes illustres.

Pour les juifs, il était symbole de justice et de savoir.

Dans l'Ancien Testament, la colombe porte à Noé un rameau d'olivier pour annoncer la fin du déluge universel et la réconciliation entre Dieu et les hommes.

Dans le Nouveau Testament, la foule qui accueille Jésus à Jérusalem agite des feuilles de palmes et d'olivier ; Jésus passe la nuit d'avant la Passion sur le Mont des Oliviers.

La plante de l'olivier se caractérise par une croissance lente ; en compensation sa vie est longue (dans le sud de l'Italie, on peut trouver des arbres centenaires) et l'avancée des ans n'en compromet pas la productivité. Les variétés pour la production de l'huile ont des fruits de taille moyenne ou petite avec un contenu en lipides élevé et un bon rendement.

Les variétés employées directement pour l'alimentation ont des fruits de plus grande taille et un moindre rendement en huile. Pour en réduire le caractère amer et les rendre appétissantes, on utilise différentes manières de les préparer.

L'olivier, à l'origine présent exclusivement dans le bassin méditerranéen, caractérisé par des hivers doux et des étés chauds, s'est ensuite diffusé dans beaucoup d'autres régions du globe où le climat est propice à sa croissance.

Le cycle de la production de l'huile (choix de la variété d'arbre, méthode de cueillette et d'extraction de l'huile) a suivi une évolution dans le temps et une accélération dans les derniers temps quand l'huile a cessé d'être un simple condiment pour devenir un élément essentiel de l'alimentation.

L'auteur de ces notes a vécu, dans son enfance, la fin de la production quasiment archaïque de l'huile dans un contexte où prévalaient des arbres séculaires et de dimensions imposantes et où la cueillette des fruits pouvait durer des semaines, voire des mois. Les olives étaient récoltées à la main, par terre, après une maturation avancée et en attendant fréquemment leur chute spontanée, ou par le battage des arbres (le gaulage) avec des perches dont la longueur variait selon la hauteur des branches à battre.

Le pressoir (*tappetum*) était encore celui du passé. Les olives étaient écrasées avec de grandes pierres de granit (des meules) qu'on faisait tourner dans un grand bassin, lui aussi de granit.

Au cours de cette phase, le principal travail était confié à un animal de trait (âne, cheval, bœuf). Quelquefois on concédait aux enfants ce qui était un jeu, à savoir guider l'animal qui faisait lentement tourner la roue. La pâte d'olive ainsi obtenue était mise sur des tourteaux de chanvre (les *fiscoli*) empilés les uns sur les autres et pressés. C'était la poussée produite par une équipe d'hommes (généralement 4 ou 6) qui faisait tourner la roue du pressage.

L'huile était quelquefois abondante, mais certainement d'une qualité différente de celle d'aujourd'hui. Actuellement, goûter ce type d'huile ne serait certainement pas apprécié par la plupart des nouveaux consommateurs.

Ce récit, raconté aux jeunes qui se consacrent à la production moderne de l'huile, paraîtra d'un autre temps, mais on n'était que dans les années Soixante du siècle dernier quand le vieux pressoir a disparu définitivement pour laisser place à la nouvelle production (« à cycle continu »), sans aucun doute plus rentable et plus adaptée à l'évolution du goût et à la diffusion de l'huile.

Aujourd'hui, l'huile d'olive a évolué vers une véritable métamorphose, elle n'est plus un simple condiment ou un combustible pour la lumière de la lampe à huile.

Les experts nous disent qu'il faudrait choisir une huile comme on choisit un vin : on ne boit pas n'importe quel vin avec n'importe quel plat, mais on choisit le juste appariement ; il faudrait faire la même chose avec l'huile. Plus modestement, nous dirons que l'important est de s'approcher de ce produit « magique », puis, comme le dit le vieux dicton, « l'appétit vient en mangeant » et le choix raffiné ne tardera pas à émerger.

Il existe en effet différents type d'huile ; les qualités spécifiques de chaque huile dépendent de la variété de l'olive dont elle est extraite. En Italie, il y a environ 50 variétés différentes pour la production de l'huile « extravergine ». La qualité dépend également du moment de la récolte ainsi que du temps qu'il fait et de la méthode d'extraction de l'huile.

La récolte doit être effectuée au bon moment (quand le fruit commence à changer de couleur, du vert au violet), avec la bonne méthode (l'effeuillage et non plus le gaulage ou l'attente que le fruit mûr tombe tout seul de l'arbre) ; la pression doit intervenir immédiatement après la récolte, l'extraction être faite à froid et la seconde pression être bannie définitivement.

D'où ce qui est requis pour obtenir une bonne huile extravergine.

- Le fruit : il doit être intègre et sain ; les olives écrasées ou blessées augmentent l'acidité et compromettent les caractéristiques organoleptiques.

- La récolte : elle doit être faite au bon moment, c'est-à-dire dans la période de basse maturité (celle du changement de couleur de la partie extérieure du fruit), de façon à retenir la plus grande

quantité d'arômes et de substances antioxydantes naturelles, et seulement avec des olives attachées à la plante, non recueillies à terre.

L'utilisation de filets sert à empêcher que les olives tombées n'entrent en contact avec le terrain, sinon elles peuvent s'abîmer et être facilement contaminées par des moisissures et des parasites.

Les cahiers des charges des produits DOP et IGP imposent habituellement les limites de la récolte et, en outre, garantissent l'origine, le produit et son processus de production.

- Récolte - méthode : La pratique manuelle est la meilleure (« l'effeuillage ») ; d'autres méthodes, comme le peignage, le gaulage, l'usage de secoueurs mécaniques, ne sont pas sélectives et peuvent endommager aussi bien la plante que le fruit.

- Le pressurage : il devrait être effectué rapidement pour éviter des fermentations ; en général le pressurage se déroule quelques heures après la récolte pour permettre au fruit de conserver inaltérées ses caractéristiques de fraîcheur et d'intégrité.

Les professionnels qui possèdent leur propre pressoir, en pratique, passent de la récolte au pressurage dans le bref laps de temps nécessaire pour le transport de la récolte.

- Les méthodes de pressurage : après la récolte, les olives avec la bonne maturation apportées au pressoir passent à l'effeuillage et au lavage pour être séparées des feuilles, des rameaux, de la terre et de la poussière, après quoi elles sont transportées à l'intérieur d'un hachoir qui les réduit sous l'action de corps métalliques qui se déplacent à grande vitesse.

Le hachoir crée la pâte d'olive qu'on fera tourner pendant un certain temps à l'intérieur de bassins (*gramole*) avant d'être transférée dans un séparateur centrifuge horizontal (*decanter*) où l'huile est séparée de l'eau et de la pulpe (*sansa*).

Enfin, l'huile passe dans une centrifugeuse verticale (*separator*) qui effectue le nettoyage final de l'huile en éliminant toutes les impuretés encore présentes.

- L'extraction : séparation entre l'huile, l'eau et la *sansa* ; avec la méthode de la « pression à froid », à moins de 27°C, sans ajout d'eau chaude et sans utiliser une source de chaleur qui, en chauffant le dépôt solide produit par la pression, augmente le rendement au dépens de la qualité.

- Conditionnement et conservation : l'huile juste produite est conservée dans des locaux adaptés, à température contrôlée, à l'intérieur de cuve en acier inox, à l'abri de la lumière et de l'air.

Après une période nécessaire pour en favoriser la décantation naturelle et pour conserver inaltérées ses caractéristiques organoleptiques, l'huile est embouteillée dans des bouteilles de verre sombre et dans des bidons spéciaux.

La température idéale pour la conservation est d'environ 14-18° C, à l'abri de la lumière, loin de sources de chaleurs et en évitant le contact avec l'air qui peut causer une oxydation de l'huile et, par suite, une perte de ses caractéristiques.

Couleur de l'huile : elle peut présenter diverses nuances, du vert brillant au jaune intense, cela dépend de la variété des olives, du stade de maturation et, du reste, elle n'est pas un indicateur fiable de qualité.

L'huile peut avoir un goût fruité d'olive verte juste cueillie, des parfums intenses d'herbes aromatiques, d'amande, de tomate, de cardo, d'artichaut, de tilleul et d'autres composants du monde végétal qui peuvent varier en fonction des variétés utilisées.

L'huile ne « vieillit » pas et elle doit être consommée dans les six mois après l'ouverture de la bouteille pour éviter qu'elle ne devienne rance. On doit éviter, en particulier, de laisser ouverte la bouteille qu'on met sur la table.

Elle peut être employée pour la friture, dont la température idéale est autour de 170-180° C, alors que le point où l'huile fume est autour de 210° pour l'huile extravergine.

Le consommateur habitué, et encore plus le consommateur « naïf », doivent s'habituer à choisir l'huile la plus adaptée à leur goût et au plat qu'il veulent consommer.

Classification (Institut supérieur de la santé) : la réglementation de référence est le Règlement (CEE) n. 2568/91 qui organise la classification de l'huile destinée à la consommation alimentaire sur la base de divers paramètres. Les principaux sont l'acidité (la quantité d'acide oléique libre) et le nombre de peroxydes (substances qui se forment par l'oxydation des acides gras).

Les dénominations

1) L'huile d'olive vierge : les olives doivent subir seulement le traitement de lavage, de décantation, de centrifugation et de filtration.

Elle est elle-même classée en :

1a) l'huile d'olive extra vierge (huile EVO). Acidité inférieure à 0,8 % et nombre de peroxydes inférieur à mille équivalents par kg (Meq/Kg). En pratique, c'est le produit le plus recherché pour ses qualités organoleptiques ;

1b) l'huile d'olive vierge. Acidité inférieure à 2 % et nombre de peroxydes inférieur à 20 Meq/Kg ;

1c) l'huile d'olive vierge lampante. Acidité supérieure à 3,3 % et nombre de peroxydes supérieur à 20 Meq/Kg.

2) L'huile d'olive raffinée, obtenue à partir d'huile vierge avec des techniques qui ne modifient pas la structure chimique des graisses contenues dans l'huile. Acidité inférieure à 0,5 % et nombre de peroxydes inférieur à 5 Meq/Kg.

3) L'huile d'olive, obtenu par coupure d'huile vierge avec de l'huile raffinée. Acidité supérieure à 0,5 % et nombre de peroxydes inférieur à 15 Meq/Kg.

4) Huile de tourteaux d'olives brutes, obtenue par le traitement des tourteaux (ce qui reste après l'extraction de l'huile, et composé des écorces, des résidus de pulpe et des fragments de noyau) à l'aide de solvants. Elle est destinée à être raffinée et à des usages techniques. Acidité supérieure à 0,5 %.

5) Huile de tourteaux d'olives raffinée, obtenue en raffinant l'huile de tourteaux d'olives brutes. Acidité inférieure à 0,5 % et nombre de peroxydes inférieur à 15 Meq/Kg.

6) Huile de tourteaux d'olives, obtenue par la coupure de l'huile de tourteaux d'olives raffinées avec l'huile d'olive vierge. Acidité inférieure à 1,5 % et nombre de peroxydes inférieur à 15 Meq/Kg.

Un indice très important de la qualité de l'huile, qui n'est pas toujours indiqué sur l'étiquette, est la valeur total des polyphénols, substance ayant d'importantes propriétés antioxydantes.

On peut également trouver, à l'intérieur de la catégorie extra-vierge, des huiles extrêmement diverses et il est important de toujours choisir une huile de qualité, qui respecte des caractéristiques chimiques et sensorielles précises, telles que :

- acidité basse (inférieure à 0,8%) ;
- odeur et saveur claires et qui conduisent au fruit dont elles proviennent, l'olive (senteur fruitée) ;
- sensation d'amertume et de piquant, indice d'un bon contenu en polyphénols.

b) Les olives de table

Ces olives, comme on l'a dit plus haut, suivent un parcours un peu différent de celui des olives destinées à la production de l'huile.

La récolte peut être avancée pour les olives vertes, ou retardée pour les olives noires qui sont récoltées, en effet, à maturation complète.

Elles peuvent encore être utilisées entière ou sous forme de pâte ou de sauce. Qui ne les a jamais goûtées à l'occasion d'un apéritif ou ne les a pas employées pour enrichir une sauce ou un plat, qu'il soit à base de poisson ou de viande, ou simplement végétarien ?

Les techniques pour les rendre attirantes, en particulier pour éliminer la saveur amère typique, varient de région à région et selon les variétés du fruit en question.

- saumure ;
- séchage au soleil, au feu, au four ;
- salaison ;
- dans l'huile ;
- dans le vinaigre.

Pour cette typologie de produits également, les recettes varient selon la localisation géographique dans la péninsule. Quand on sait qu'une recette et son exécution peuvent offrir d'innombrables variations et se décliner même au niveau familial en suivant ses propres traditions, il apparaît ardu de faire un examen attentif des diverses variétés et des diverses recettes ; on ne rappelle donc que les plus connues.

- Les olives « ascolana del Piceno » (appellation DOP), olives de grandes dimensions, tendres et douces, qui sont servies farcies et frites. Si vous allez à Ascoli Piceno ou également dans la région des Marches, ne perdez pas l'occasion de goûter ce délice : pourrait-on aller en Bretagne ou sur la côte atlantique française et manquer les huîtres ?
- « Taggiasca », olive petite et goûteuse avec peu d'acidité ; originaire de Ligurie, elle a ensuite été diffusée dans toute la péninsule.
- Les olives vertes, écrasées, dénoyautées et préparées avec de l'huile EVO, du piment, de l'origan, du fenouil sauvage.
- Les olives vertes en saumure, très répandues en Sardaigne, mais aussi connue dans beaucoup d'autres régions italiennes.
- Les olives farcies, encore une fois avec le goût de la région de production, la farce peut aller des légumes aux anchois, sans oublier le piment.
- Les olives « nocellara del Belice » (appellation DOP), fruits de grande taille et pulpe consistante, idéales pour la conservation en saumure, elles sont employées dans la préparation de la caponata, recette classique de la cuisine sicilienne.

Et encore un bref souvenir personnel.

Celui qui rédige ces notes se souvient du long cycle de la récolte des olives. On commençait au début de l'automne avec la récolte des olives vertes qui étaient écrasées et farcies ou préparées en saumure (une recette très facile avec pour seul inconvénient qu'on ne peut offrir les olives qu'après quelques mois de conservation). Puis les olives noires, celles qui atteignent leur maturation complète sur l'arbre et tombent spontanément, et qu'on appelait donc les « olives mortes » ; la longue attente sur l'arbre leur avait fait perdre une bonne partie de leur acidité et on les mangeait tout juste récoltées, avec du pain, encore sous l'arbre !

PS :

Terminons cette présentation en souhaitant que l'huile d'olive « extravergine » puisse être produite également à Nantes, peut-être très bientôt.

En témoigne la présence d'oliviers dans quelques endroits de notre belle et bien aimée cité.

Traduit par Patrick Goutefangea