

Olio: qualche consiglio per orientarsi nella scelta



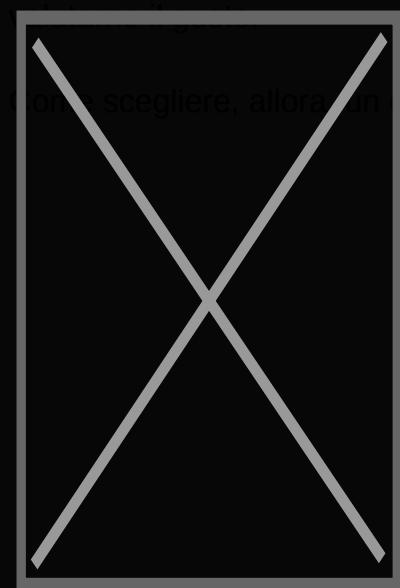
Lo chiamano anche "oro verde", e a ragion veduta. L'olio è un

prodotto che da secoli contraddistingue la cultura alimentare mediterranea, con testimonianze che fanno risalire la presenza degli alberi di olivo fin dai tempi biblici. L'ulivo è un albero simbolico per eccellenza e l'olio è sempre stato considerato prezioso, tanto da essere utilizzato per le cerimonie sacre. Se già i Greci avevano catalogato una decina di varietà di ulivi, i Romani, da ottimi commercianti, pare avessero addirittura una "borsa" dell'olio, che era distinto in 5 differenti qualità, valutate in base al grado di maturazione e alla sanità delle olive. Due parametri validissimi ancora ai giorni nostri, per definire la qualità di un buon olio extravergine di oliva, ingrediente che compare fra i fondamenti della "piramide alimentare" della dieta mediterranea, consigliata come il miglior stile alimentare possibile.

Non stupisce quindi che l'Italia sia uno dei mercati più importanti per l'olio: secondo i dati di aprile 2013 di Unaprol (Consorzio olivicolo italiano, www.unaprol.it), nel 2012 nel Bel Paese sono stati venduti più di 217 milioni di litri d'olio di oliva, di cui l'olio extravergine di oliva costituisce il 72%,

mentre la quota rimanente se la spartiscono l'olio di oliva, un più generico olio "a marchio 100% italiano", gli oli con certificazione DOP e IGP e quelli biologici, che pur essendo in crescita rappresentano ancora una piccola quota di mercato (circa 1%). Come è noto, non tutto questo olio, però, è di provenienza nazionale: molte importazioni vengono effettuate da grandi Paesi produttori, in particolar modo da Spagna, Grecia, Tunisia, Portogallo, il che rende particolarmente importante leggere le etichette dei vari prodotti per capire l'origine, la qualità, la tipologia e le caratteristiche del prodotto. Molte sono infatti le informazioni che ci può fornire l'etichetta, anche se a volte non è facile identificare quelle veramente essenziali.

I dati sull'origine dell'olio sono infatti obbligatori e devono riportare se si tratta di prodotto italiano, europeo, extraeuropeo o misto: provenienza che, di per sé non è automaticamente indicatrice della qualità del prodotto. Le certezze maggiori sulla provenienza si possono avere acquistando olio extravergine Dop, dato che l'ottenimento del marchio di denominazione può essere assegnato a produzioni dove l'intero ciclo produttivo, dalla materia prima al prodotto finito, è svolto all'interno dell'area geografica delimitata. Discorso analogo per l'olio extravergine Igp Toscano: un apposito Consorzio garantisce ogni bottiglia con la sua firma, verificando tutta la filiera di produzione, rigorosamente realizzata in Toscana, dalla pianta al confezionamento. Anche il luogo d'imbottigliamento va indicato e l'etichetta può eventualmente riportare le varietà (cultivar) di olive utilizzate: in Italia sono moltissimi, circa 350 e l'olio può essere monocultivar - ovvero ottenuto da un solo tipo di oliva, in generale dotato di sapori molto spiccati e particolari - oppure essere frutto di un blend di vari tipi di olio, sapientemente miscelati dai produttori per ottenere un prodotto dalle caratteristiche costanti nel tempo. Infine il colore, che non è un parametro distintivo della bontà di un olio: può variare da giallo limpido a verde bottiglia, ma non è il dato fondamentale su cui basarsi per



Non scegliere, allora, un olio extravergine, se si cerca un prodotto di qualità?

Ne parliamo con Riccardo Cassetta, amministratore della Biolevante,

