

# Agriturismo La Piaggia

## *Il nostro Olio*



La Piaggia possiede ulivi, che le permettono di produrre ogni anno un ottimo olio extra vergine d'oliva. L'olio extravergine di oliva è l'unico olio vegetale ottenuto con sola pressione, senza manipolazione o additivi chimici, a differenza degli oli di semi (soia, arachide, girasole, ecc.). Contiene le vitamine E, A, K, D che hanno proprietà antiossidanti ed effetto protettivo sulle cellule dell'organismo. Ha un livello di acidità inferiore all'1% (1 grammo per ogni 100 gr). L'olio extravergine di oliva, a differenza degli altri olii alimentari, è costituito prevalentemente da acidi grassi monoinsaturi, con la presenza in giusta quantità di acido grasso linoleico, polifenoli, vitamina E e beta carotene. La presenza di questi elementi antiossidanti rende l'olio extravergine particolarmente importante per la nostra salute.

E' stato infatti scientificamente verificato che il suo costante utilizzo favorisce un abbassamento del colesterolo "cattivo" (LDL) ed un contestuale innalzamento di quello "buono" (HDL) aiutando a prevenire le malattie cardiovascolari e l'arteriosclerosi.

## ***Classificazione degli oli d'oliva***

I sistemi di raccolta delle olive incidono profondamente sulla qualità dell'olio che ne deriva. Nella maggior parte dei casi, specie con alberi di grandi dimensioni (la media è di 5 metri ma possono arrivare anche a 12!), le olive, man mano che maturano, cadono in terra e vengono poi raccolte per essere macinate. In oliveti situati in zone difficilmente accessibili con le scale per via di una forte pendenza o in quelli delle zone di Brindisi, Lecce o nella Piana di Gioia Tauro dove le piante possono raggiungere dimensioni elevate, si adotta il sistema di stendere delle reti attorno al ceppo. Quest'ultimo sistema, tuttavia, tranne rari casi non consente di ottenere olio extravergine di oliva a causa dell'eccessivo grado di maturazione delle olive, effetto del tempo che intercorre tra la posa della rete e la raccolta delle stesse.

Il livello di freschezza e di integrità delle olive è quindi diversificato in base ai giorni che possono passare tra la caduta delle prime e quella delle ultime, per cui ne deriverà un olio più "acido".

Nelle zone di produzione di oli a bassissima gradazione di acidità (i più pregiati), la raccolta viene fatta a mano, direttamente dalla pianta (brucatura) ma eseguita esclusivamente in alcune realtà produttive familiari e in oliveti di modeste dimensioni (fino a 50 piante).

La maggior parte delle olive, quindi, viene oggi raccolta meccanicamente, con notevoli ripercussioni positive sia dal punto di vista economico che da un punto di vista qualitativo. La pratica meccanica, infatti, richiede meno tempo delle pratiche manuali tradizionali e consente quindi di programmare la raccolta quando le olive sono nel giusto grado di maturazione ovvero all'invaiaatura (quando l'oliva

è metà verde e metà nera). Inoltre con i moderni sistemi di raccolta meccanica non si deve più attendere che le olive cadano né tantomeno che vengano raccolte da terra, pregiudicando la qualità dell'olio.

Le olive portate successivamente al frantoio devono essere molite nel più breve tempo possibile perché non ne vengano alterate le qualità organolettiche. Una volta macinate, le olive lasciano la “sansa”, che costituisce il 40% del peso originario e che nel passato veniva usata per il riscaldamento (contiene infatti residui polposi e frammenti di noccioli, ottimi combustibili ); ora invece, con l'aiuto di solventi chimici, da questi resti viene estratto “l'olio di sansa”, la qualità più bassa. Fino a pochi decenni fa, quest'olio era destinato quasi esclusivamente alla produzione di sapone e candele, ma da quando l'industria saponiera si è trasformata in industria chimica ed utilizza sostanze sintetiche, anche questo residuo della lavorazione delle olive viene sfruttato per produrre olio che, opportunamente trattato e mescolato con oli vergini, è reso commestibile.

### ***L'Acidità come indicatore di qualità***

L'acidità è un parametro che indica la percentuale di acido oleico in un olio ed è il principale indicatore della qualità. Più alto è il suo valore, più scadente è la qualità del prodotto. L'acidità è conseguenza diretta del rilascio degli acidi grassi dovuto al fenomeno dell'idrolisi dei gliceridi, ed è un parametro qualitativo definibile solo mediante analisi di laboratorio. È il parametro che consente di valutare le eventuali alterazioni che le olive e l'olio da esse ricavato subiscono durante la raccolta, il trasporto e il processo di trasformazione. Inoltre, la sua valutazione permette la classificazione merceologica degli oli.

La determinazione dell'acidità si effettua in laboratorio

ed è un'analisi semplice che, ormai, quasi tutti i frantoi possono eseguire in autonomia. Per la definizione puntuale del concetto di acidità libera è importante evidenziare che gli oli extravergine d'oliva sono costituiti dal 98–99% di trigliceridi cioè esteri formati da glicerina e acidi grassi. Una parte di questi ultimi, tuttavia, rimane allo stato libero non combinandosi con la glicerina determinando, appunto, l'acidità del prodotto.

Tali acidi grassi liberi nell'olio possono aumentare se agisce un enzima specifico chiamato lipasi che si trova nel frutto e il processo può attivarsi soprattutto se la drupa ha subito lesioni cellulari (attacco di insetti, lesioni durante la raccolta e il trasporto, cattive condizioni agroambientali). L'attività enzimatica della lipasi è inoltre favorita da temperature piuttosto alte, comprese tra i 30°C ed i 40°C.

Pertanto, si può concludere che, il grado di acidità di un olio è fortemente condizionato dallo stato sanitario delle olive, dalla tecnologia di raccolta, dal tempo di stoccaggio, dalla tecnologia di trasformazione adottata (ad es. elevate temperature di gramolazione) e dalla cura riposta dagli operatori nel trattamento e nello stoccaggio del prodotto. È classificabile come Olio Extravergine d'oliva un olio con contenuto di acidità libera inferiore a 0,8 gr/litro

### ***Perossidi***

È un indice di ossidazione primaria dell'olio e si misura attraverso la determinazione quantitativa degli idroperossidi. Questi derivano dalla formazione degli acidi grassi per azione di un enzima presente nelle olive, la lipossigenasi, o per effetto delle azioni radicaliche che sono favorite dall'ossigeno sciolto nell'olio.

Questa determinazione è eseguita in laboratorio, anche

se ultimamente sono stati realizzati alcuni strumenti di analisi a basso costo e di facile utilizzo, che consentono di effettuare la misurazione di questo parametro, secondo facili modalità. Lo stato di ossidazione primario di un olio dipende sia dalle attività enzimatiche delle lipossigenasi, che agiscono se i frutti subiscono lesioni cellulari della polpa della drupa, sia dal contatto dell'olio con l'ossigeno dell'aria il quale favorisce, appunto, l'ossidazione degli acidi grassi e la formazione di perossidi. In entrambi i casi è necessario ridurre il contatto dell'olio con l'aria.

La cura nella raccolta delle drupe, la scelta di frutti sani, di metodi e tempi giusti di raccolta, e l'attenzione nello stoccaggio e nella conservazione del prodotto, favoriscono l'ottenimento di un olio con valori contenuti di questo parametro.

Normalmente l'olio appena prodotto presenta un valore dei perossidi oscillante da 2 a 5 meq/kg; questi valori tendono ad aumentare durante la conservazione e, se l'olio è conservato in assenza di aria, una volta utilizzato tutto l'ossigeno presente al suo interno raggiunge i 20 meq/kg.

Questi valori ci danno in definitiva la stima della genuinità di un olio. Mediamente questi valori si raggiungono a distanza di 15-20 mesi dalla produzione; il tempo di conservazione di un olio, protetto dall'azione di aria e luce, non può, quindi, superare questo arco di tempo.

