

LA FATTORIA DIDATTICA



**L'olivo e l'olio ...
... un po' di Storia**

La storia dell'olivo e dell'olio che si ricava dai suoi frutti, è antica quanto la storia dell'umanità. Già nel 5000 a.C., la coltivazione delle olive era presente in Medio Oriente e da qui si diffuse lungo tutte le coste del Mediterraneo e del Sud Europa.

La produzione dell'olio era presente, ad esempio, nella fertile regione della **Mesopotamia**, infatti, nel codice babilonese di Hammurabi (una raccolta di leggi del re Hammurabi, appunto) sono presenti indicazioni per la produzione e il commercio dell'olio.



Anche gli **Egiziani** conoscevano l'olivo, che consideravano dono degli dei, simbolo di vita e fecondità. Rami d'olivo adornavano, infatti, le tombe dei faraoni, per accompagnarli nel loro viaggio nell'aldilà.

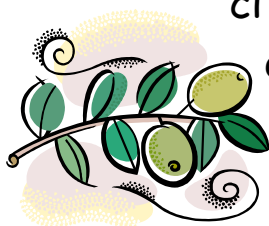
I **Fenici**, poi, con il commercio via mare, contribuirono moltissimo a far conoscere il prezioso "oro liquido" a tutte le più grandi civiltà dell'area mediterranea, in particolare alla civiltà greca.

L'olivo, coltivato già nel 1500 a.C., divenne un prodotto alla base dell'economia greca e caratterizzò il paesaggio roccioso di questo splendido paese. I **Greci** usavano l'olio come alimento ma anche come medicamento (per scottature e ulcere), cosmetico e persino come ornamento dei vincitori olimpici. Divenne un prodotto così celebrato che ben presto nacquero leggende sulle sue origini divine. Un mito molto diffuso, raccontava che Atena, durante la contesa con Poseidone per il dominio sull'Attica, offrì all'umanità il dono giudicato da Zeus, il padre degli dei, il più utile: un nuovo albero immortale che avrebbe assicurato l'essenza dei suoi frutti per nutrirsi, curarsi, ricavare luce e calore per le abitazioni. E non è tutto, il concetto di sacralità legato a questa pianta divenne tale che chi ne avesse tagliato anche uno soltanto, sarebbe stato condannato a morte o all'esilio.

In Italia, l'olivo, fu portato proprio dai Greci. Gli **Etruschi**, già nel VII secolo a.C., ne possedevano amplissime piantagioni, ma furono soprattutto i **Romani** a introdurne la coltivazione in tutti i territori conquistati, dalla Spagna al Nord Africa e facendo diventare l'olivo uno dei cardini dell'economia e della struttura mercantile romana.

Il commercio dell'olio veniva gestito, a Roma, dall'*arca olearia*, una sorta di borsa dell'olio di altri tempi, che ne gestiva le trattative e le quotazioni. I Romani, che per migliorare la produzione dell'olio, inventarono i primi strumenti per la spremitura e nuovi metodi per la conservazione, dividevano l'olio d'oliva in cinque diverse qualità: il più pregiato era l'"*oleum ex albis ulivis*", ottenuto dalla spremitura delle olive verdi, il peggiore, "*oleum cibarium*" era ottenuto dalle olive quasi passite e destinato agli schiavi.

Alcune metodologie e consigli restano utili e attuali ancora oggi, è sufficiente leggere le opere dell'epoca che trattano di agricoltura. Marziale, ad esempio, elogia il vino di Venafro, una cittadina romana in provincia di Isernia, Plinio dimostra, invece, di conoscere tutti i procedimenti per ottenere l'olio più pregiato e Columella, definisce l'olivo "*omnium plantarum primus*", ossia a "la più importante tra tutte le piante".



Catone, riporta invece, nel suo libro, il *De Agricultura*, una ricetta dell'antica Roma, ma... ancora attuale. "*Fa in questo modo l'epytrum di olive bianche e nere. leva i noccioli sia dalle olive bianche che da quelle nere ed accomodale nella seguente maniera: tritale e aggiungici olio, aceto, coriandolo, finocchio, ruta e menta. Riponile in un oriole e coprile bene con olio e usale così condite*" (Catone, *De Agricultura*, CXIX).

Anche i Romani, poi, così come i Greci, rivestirono di sacralità questa pianta, tanto che il mito racconta che Ercole,

ancora giovinetto, trovandosi sul Monte Elicona, per costruirselo
clava, sradicò un olivo selvatico.

E questa aurea sacra è stata ripresa poi dalla **religione
Cristiana**, basti pensare al diluvio universale e al ramoscello di
olivo portato dalla colomba per annunciare la pace
tra Dio e gli uomini. Ancora, olio benedetto è
usato nel battesimo e nella Cresima, quello "dei
catecumeni" per i nuovi sacerdoti, e "olio degli
infermi" per dare l'estrema unzione.



Dall'olivo ... all'olio



Carta d'identità: Olivo (*Olea Europea*)

L'**olivo** appartiene alla famiglia delle Oleaceae, che cresce spontaneo o coltivato nelle regioni con clima mite e temperato, come quelle mediterranee.

L'**albero**, che può vivere fino a 1500 anni, può raggiungere i 20 metri di altezza e la chioma può essere larga dai 6 ai 12 metri.

Le **foglie**, sono coriacee e lanceolate, mentre i fiori, piccoli, bianchi e profumati, sbocciano tra aprile e giugno.

Il frutto dell'olivo è la **drupa**, meglio conosciuta come oliva. Di forma ovale, carnosa può essere verdastra, rossastra, violacea o nerastra. Il frutto matura da settembre a dicembre a secondo del clima e delle zone.



Il frutto dell'albero di ulivo, l'oliva, viene raccolto, da settembre a dicembre (in base alle zone di produzione) secondo varie fasi di maturazione. Le olive verdi da tavola, ad esempio, sono raccolte ancora non mature, quelle da olio, invece, quando il colore varia dal verde al nero (invaiaitura). Dopo **la raccolta**, le olive vengono portate, entro 1-2 giorni al massimo, al **Frantoio**. Qui, prima di essere trasformate in olio, le olive sono lavate e defogliate:

alcune macchine ne aspirano le foglie, i rametti e altre impurità, poi con la circolazione forzata dell'acqua, le olive vengono lavate e rese pronte per le fasi successive.

In un primo momento le olive sono sottoposte a **frangitura**, vengono frantumate per ottenere una pasta formata dalla polpa e dai noccioli. La pasta ottenuta viene quindi, sottoposta a **gramolatura**, cioè viene rimescolata in apposite macchine rimescolatrici, un passaggio obbligato per la successiva e più complessa **estrazione dell'olio**. Attraverso metodi antichi o moderni, il mosto oleoso viene lavorato in modo da ottenere tre distinte componenti: l'olio vero e proprio, la sansa (un liquido oleoso) e acqua di vegetazione. L'olio, che non è mai puro, ma

torbido, con bollicine d'aria e mucillagini, viene lasciato, per un periodo in **decantazione** o sottoposto a **filtrazione**.

A questo punto l'olio "nuovo" è pronto per essere consumato!

Come si assaggia l'olio

La tecnica dell'assaggio di un olio è regolata dalla normativa attualmente in vigore e, pur variando da assaggiatore ad assaggiatore, ha delle regole fisse. Per comprendere le caratteristiche di un olio vergine è necessario sfruttare il senso della vista, l'olfatto e, infine, il gusto.

1. **Vista:** bisogna osservare l'olio controluce, agitandolo all'interno della bottiglia per valutarne la fluidità.

2. **Olfatto:** dopo aver versato l'equivalente di un cucchiaino in un bicchierino, è necessario scaldare il contenuto con i palmi delle mani, in modo che il calore, possa liberare gli aromi volatili. Quindi inalando piano, si può annusare due e tre volte l'olio, cercando di captare tutte le sensazioni, gradevoli e non.
3. **Gusto:** Il primo assaggio, deve servire a vaporizzare l'olio in bocca, farlo giungere a diretto contatto con le papille gustative, e soprattutto a memorizzarne tutti i gusti. Durante il secondo assaggio, bisogna muovere la lingua contro il palato per cogliere le sensazioni retro-olfattive. È necessario, inoltre, ricordare che per l'assaggio tecnico è bene:
 1. non aver fumato per due ore precedenti l'assaggio
 2. non usare profumi, saponi o cosmetici il cui odore persista al momento della prova
 3. essere a digiuno da almeno un'ora

A differenza del vino, che può essere bevuto solo dagli adulti, l'olio d'oliva è ideale per la dieta dei ragazzi e, in realtà, per tutte le età.

Ma oltre che **per la cucina**, l'olio d'oliva infatti possiede altre innumerevoli qualità, conosciute già dagli antichi e confermate dai moderni.

Galeno, un medico greco, considerato il padre della medicina, riconosceva all'olio moltissime qualità **per la salute**, come la virtù di combattere i "*mali del ventre*". Dioscoride invece, ne ricordava l'uso **per le cure cosmetiche**: nelle cure di bellezza, previene l'avvizzimento, il cuoio capelluto dalla forfora e anche la caduta dei capelli. In secoli più vicini a noi è stato consigliato anche per la cura delle artriti, della gotta e dei reumatismi in genere. La scienza moderna riconosce all'olio d'oliva pregi e

virtù indiscussi, anche se più come alimento, ossia come difesa naturale contro le malattie ... l'olio d'oliva fa bene!