Von den oliven zum öl...

Die Olivenpflanze (Olea europea sativa)

Der Olivenbaum gehört zu der Familie der "Ölbaumgewächse". Der in der Mittelmeerregion beheimatete Baum ist sehr alt und er wird in der Bibel, in der Mythologie und von griechischen und römischen Schriftstellern zitiert, als ein Symbol für Frieden, Sieg und Ehre sowie für Tugend. Der Olivenbaum ist immergrün, sehr langlebig - er kann hunderte von Jahre alt werden. Er besitzt lederartige Blätter und im Juni trägt er kleine Blüten.
Die Frucht der "Olive" ist eine Steinfrucht, die zu Beginn eine grüne Farbe und eine feste Konsistenz hat; dann, in voller Reife, wird sie schwarz und fleischig. Abhängig von den Umweltbedingungen, produziert ein Olivenbaum durchschnittlich 15 bis 30 kg Oliven im Jahr.

Die Olivenernte

Der Zeitraum der Olivenernte hängt von dem Verwendungszweck der Oliven ab. Für Oliven, die zu Öl verarbeitet werden, beginnt der Zeitraum üblicherweise im November und geht bis Januar. Sie können per Hand gepflückt werden oder mechanisch mithilfe großer Rechen, welche die Oliven von den Ästen abharken.

In der Ölpresse werden die geernteten Oliven zu Öl umgewandelt

Der Prozess beginnt mit dem "Auspressen oder Mahlen" der Oliven durch den Druck des Mahlwerks, das sich langsam dreht. Die aus der Zerstückelung der Oliven gewonnene Masse wird auf extra dafür vorgesehene Scheiben aus Jute verteilt, die im Inneren einer hydraulischen Presse aufeinandergestapelt werden. Allein durch die mechanische Pressung wird der flüssige Teil der Masse (Öl und Wasser) von dem festen Teil, den Pressrückständen, getrennt. Anschließend wird mithilfe einer Zentrifuge auch das Öl vom Wasser getrennt und ist zum Verzehr bereit. Diese Methode wird als "Kaltpressung" bezeichnet, eben weil die Oliven bei Zimmertemperatur gepresst werden.

Nährwert

Natives Olivenöl extra (olio extravergine d'oliva) besteht aus sehr verdaulichen, ungesättigten Fetten, Eisen und Vitamin A und E. Es hat zahlreiche positive Eigenschaften für den Organismus:

- es verringert das Risiko von Herz- und Leberkrankheiten
- es hat einen antioxidativen Einfluss;
- es ist verdauungsfördernd
- es verringert den Anstieg an Cholesterin;
- es beugt Arteriosklerose vor

Für das native Olivenöl extra der Castelli Romani ist das Verfahren für die Anerkennung der Kennzeichnung D.O.P. eingeleitet worden.

Weiter Informationen:

- Im Allgemeinen werden Oliven grün geerntet.
- Die Ausbeute von Oliven, von denen Öl gewonnen wird, liegt bei 15-25 %. Von 100 kg Oliven bekommt man also15-25 kg Öl.
- In der Antike wurde Olivenöl auch als Brennstoff verwendet.
- Olivenöl wird auch für Kosmetika verwendet und um Lebensmittel unverändert zu konservieren.
- Olivenöl ist ideal zum Frittieren, da es besser den temperaturbedingten Veränderung standhält.