



## ORIENTA

### Osservatorio sulla spesa di Roma

---

Il progetto Orienta nasce dalla necessità di rispondere in maniera organica e strutturata alle numerose esigenze di comprensione e di conoscenza del mondo della spesa agroalimentare sul mercato romano. Le esigenze di comprensione nascono dalla gran mole di informazioni con la quale viene quotidianamente bersagliato il consumatore e che, di conseguenza, determinano bisogni di tipo conoscitivo ed esemplificativo per quanto concerne qualità e genuinità dei prodotti, prezzi, correttezza nell'alimentazione, tecniche di produzione adottate, origine dei prodotti, etichettatura, luoghi, modalità e tempi di acquisto, ecc. L'obiettivo di questa iniziativa consiste, da un lato, nel rilanciare i servizi e la multifunzionalità del sistema agricolo del territorio romano e laziale promuovendone la produzione locale e, dall'altro, nel favorire, mediante un'informazione attenta e puntuale, il miglioramento della qualità della vita del consumatore evidenziando i vantaggi derivanti dalla filiera corta e l'importanza della tracciabilità dei prodotti in termini di sicurezza e genuinità. Di qui l'idea di realizzare dei **quaderni tecnici**: uno strumento immediatamente fruibile e di facile lettura per i consumatori, dei piccoli e maneggevoli quaderni volti a supplire alle carenti informazioni relativamente ad alcune tra le più significative produzioni locali, corredati di informazioni storiche, colturali, varietali, nutrizionali, economiche e di consigli utili su usi, consumi, quando e dove acquistare. La finalità ultima di questi quaderni tecnici è racchiusa nel fornire consigli pratici per gli acquisti in rapporto a freschezza e stagionalità dei prodotti, tipicità e genuinità. È stato altresì realizzato un sito internet ([www.romaorienta.it](http://www.romaorienta.it)), sul quale è possibile trovare, oltre ai summenzionati quaderni tecnici in formato elettronico, anche tutte le informazioni utili per una spesa consapevole e responsabile da parte dei consumatori.

## INTRODUZIONE

L'olio di oliva costituisce da sempre un prodotto tipico e fondamentale della dieta mediterranea e molti sono gli esperti che ne sostengono gli aspetti benefici per la salute: da studi scientifici accreditati risulta, infatti, che coloro che ne fanno uso abitualmente detengono il record dei più bassi tassi di malattie cardiovascolari.

Le categorie di olio, che possiamo distinguere in 4 aggregati, variano a seconda del grado di acidità e della purezza: olio extra vergine d'oliva, olio vergine d'oliva o puro, olio d'oliva fine od olio d'oliva ed olio di sansa. Il gusto dell'olio di oliva è fortemente determinato sia da fattori naturali sia dalle diverse varietà di olive, che sono assai difficili da distinguere. Infatti, se, da un lato, il nostro Paese si contraddistingue per l'enorme varietà di piante di olivo coltivate su tutto il territorio e se da zona a zona variano gli elementi distintivi degli oli: il colore, dal giallo paglierino al verde, il sapore, che richiama, oltre al gusto dell'oliva fresca, anche quello della frutta o della verdura, l'aroma intenso o lieve; dall'altro, per riconoscere una cultivar, gli esperti non analizzano soltanto il frutto, la forma del seme ed i fiori prodotti dalla pianta, ma assaggiano anche l'olio.

## STORIA

L'albero di ulivo e l'olio ricavato dai suoi frutti da sempre accompagnano la storia dell'umanità, nei riti sacri e nella vita quotidiana. Coltivato in Medio Oriente già 8000 anni fa, furono i Fenici a diffondere questa pianta su tutte le coste del Mediterraneo, africane ed europee, e, mentre i Greci ne intensificarono la coltivazione, i Romani la piantarono in ogni territorio conquistato, costruirono i primi strumenti per la spremitura delle olive, perfezionarono le tecniche di conservazione dell'olio, ordinando, in molti casi, alle popolazioni conquistate il pagamento di tributi sotto forma di olio di oliva.

L'olio, in origine, veniva utilizzato per arricchire gli alimenti, nei mas-



saggi e nella cosmetica, per la pulizia e per l'igiene. Gli antichi Romani classificavano l'olio di oliva in cinque qualità: "oleum ex albis ulivis" derivante dalla spremitura delle olive verdi, "oleum viride" derivante da olive raccolte a uno stadio avanzato di maturazione, "oleum maturum" derivante da olive mature, "oleum caducum" derivante da olive cadute a terra e "oleum cibarium" derivante da olive quasi passite e destinato all'alimentazione degli schiavi.

## I DIFFERENTI OLI DA CONSUMO

Le denominazioni commerciali degli oli di oliva sono codificate dalla direttiva dell'Unione europea 136/6623/CEE, mentre i due regolamenti CE 2568/91 e 1989/03 identificano quattro categorie di oli di oliva:

- a. olio extra vergine di oliva, la cui acidità libera è al massimo di 0,8g per 100g. A differenza degli altri oli alimentari, esso è costituito prevalentemente da acidi grassi monoinsaturi, con la presenza di acido grasso linoleico, polifenoli, vitamina E, A, K e D e beta carotene, tutti elementi antiossidanti, che rendono l'olio extra vergine particolarmente importante per prevenire malattie cardiovascolari ed arteriosclerosi;
- b. olio di oliva vergine, la cui acidità massima è pari al 2%, non è raffinato ed, esattamente come l'olio extra vergine di oliva, viene ottenuto con la sola spremitura meccanica a basse temperature;
- c. olio di oliva o lampante e derivati, la cui acidità massima è dell'1,5%: è il prodotto di una miscela tra olio d'oliva raffinato ed olio d'oliva vergine, che ne migliora il gusto. Esso si distingue in olio di oliva vergine lampante, che presenta alta acidità ed altri difetti organolettici, oppure olio di oliva rettificato, vale a dire derivante dalla rettificazione dell'olio di oliva vergine lampante per eliminare l'elevato contenuto in acidità e mancante assolutamente dei profumi e dei sapori tipici dell'olio. Entrambe queste tipologie non sono ammesse alla vendita diretta. Di questa categoria fa parte, infine, l'olio di oliva, che è composto di oli raffinati ed oli di oliva vergini con acidità massima dell'1%.

d. olio di sansa, la cui acidità massima è dell'1,5%, è composto da sansa e da olio extra vergine di oliva. La sansa di olive è tutto ciò che resta al termine del processo di estrazione dell'olio e da essa è possibile estrarre ancora residui di olio (dal 3% al 6%) per mezzo di solventi chimici. Sono necessari alcuni trattamenti di raffinazione tra questo tipo di olio e l'aggiunta di una percentuale non meglio specificata di olio di oliva vergine affinché esso divenga commestibile ed essere posto in commercio con la denominazione di olio di sansa di oliva. Questo prodotto, dalle composizioni e proprietà differenti, è un olio di minor pregio e meno costoso.

## IL PREZZO

La prima importante differenza di prezzo da considerare è quella tra l'olio extra vergine e l'olio di oliva. Tali prezzi, talvolta con differenze anche superiori al 100%, non sono, tuttavia, comparabili, poiché, come si evince dalle precedenti descrizioni, si tratta di prodotti completamente diversi.

Anche confrontando i prezzi tra oli extravergini si registra una notevole differenza: possiamo trovare prodotti da 3,50€/bottiglia (0,75l) fino a 17,00€/bottiglia.

I costi di produzione in Italia difficilmente rendono possibile mettere sul mercato oli extravergini a meno di 5 €/bottiglia. Escludendo ogni possibilità di frode, l'unica spiegazione plausibile di prezzi al di sotto di tale cifra, è che il prodotto sia di provenienza estera (ad oggi non è, infatti, ancora obbligatoria in etichetta l'indicazione di provenienza). Se il prodotto, anche di provenienza estera, rispetta i parametri di legge relativi alla classificazione degli oli extra vergine, non sussistono particolari problemi: basta essere coscienti che si sta consumando olio di provenienza quasi sicuramente nordafricana (Tunisia, Marocco, ecc.), le cui qualità organolettiche sono nettamente inferiori al prodotto nostrano.



## L'ORIGINE DEL PRODOTTO E LE DOP

L'Italia è un Paese con una produzione di oli extravergini molto diversificata: ogni regione, e spesso anche piccole aree geografiche, producono degli oli molto particolari (olio toscano, umbro, pugliese, della Sabina, ecc.). Il consumatore italiano di extra vergine è particolarmente "partigiano": ognuno è abituato a consumare il proprio specifico prodotto locale e per ciascuno quel prodotto è, dal punto di vista qualitativo, il migliore.

Come si sottolineava in apertura, le differenze tra gli oli italiani dipendono principalmente dalle diverse varietà delle piante di olivo presenti nelle diverse aree geografiche e da fattori naturali e climatici e, quindi, per avere garanzie sull'origine di un prodotto bisogna affidarsi ai prodotti certificati DOP, vale a dire a Denominazione di Origine Protetta. Si tratta di prodotti la cui qualità, la cui tradizione ed il cui legame con il territorio sono riconosciuti dall'Unione europea. Acquistando un prodotto DOP si ha la garanzia della sua origine, perché il riconoscimento implica l'esistenza di un sistema di certificazione, che verifica su ogni lotto la qualità del prodotto, anche dal punto di vista organolettico.

## LA TECNOLOGIA (MOLITURA A FREDDO)

Diverse sono le tecniche molitorie adottate per la spremitura delle olive: l'indicazione "prima spremitura a freddo" è riservata agli oli d'oliva vergine o extra vergine ottenuti a temperature inferiori ai 27°C con una prima spremitura meccanica della pasta d'olive ed un sistema di estrazione di tipo tradizionale con presse idrauliche. La tecnologia a freddo favorisce la produzione di un olio di qualità, poiché permette la conservazione di parte della componente volatile (polifenoli, tocoferoli, ecc.) contenuta nelle olive, che, sia da un punto di vista organolettico sia da quello nutritivo, è estremamente importante per la qualità del prodotto.



Temperature più elevate, al contrario, soprattutto nella fase della “gramolatura”, favoriscono una maggiore resa in olio e sono, quindi, economicamente vantaggiose.

## IL BIOLOGICO

L'olio biologico si ottiene seguendo le indicazioni normative del regolamento comunitario, che stabilisce le norme di produzione, di etichettatura e di controllo per diversi prodotti alimentari. Un olio extra vergine da agricoltura biologica è tale se ottenuto senza l'uso di antiparassitari e concimi chimici di sintesi ed è garantito da un sistema di controllo riconosciuto dal Ministero delle Politiche agricole e forestali.

In etichetta dovrà essere riportato il riferimento all'ente di controllo che ha eseguito le verifiche ed, eventualmente, anche il logo comunitario specifico.

## COME SI DEGUSTA

Come riferito in apertura, l'olio può avere sapori assai diversi, dal fruttato allo speziato, dal dolce all'amaro, dal forte al delicato. Esistono specifiche professionalità e commissioni di degustatori chiamate *panel test*: ogni degustatore, iscritto regolarmente all'albo, deve aver seguito un'apposita formazione ed una specifica valutazione per accertare la sua attitudine fisiologica all'assaggio.

Il *bicchiere* per la degustazione deve essere di colore blu per non dare valore al colore del prodotto.

Il *riscaldamento* dell'olio favorisce la liberazione delle parti volatili, che danno indicazioni sugli attributi positivi dell'olio.

L'*olfatto* percepisce i principali attributi dell'olio in degustazione.

Lo *strippaggio* favorisce la nebulizzazione all'interno della bocca delle particelle di olio: ciò significa che l'olio deve poter avere contatto con ogni zona delle papille gustative della bocca, poiché ognuna di queste parti recepisce caratteristiche diverse.

Il *gusto* viene percepito dalla nostra lingua: con la parte anteriore il dolce, con la parte vicino all'ugola l'amaro ed il piccante.

I *difetti* dell'olio, quali il riscaldamento, la muffa, la morchia, l'avinato, ecc., derivano da specifici errori, che hanno caratterizzato la lavorazione dell'olio o la sua conservazione. Nel caso dell'olio extra vergine di oliva, alla degustazione la mediana dei difetti deve essere uguale a zero e la mediana degli attributi positivi maggiore di zero.

## LE ETICHETTE

Anche nel caso dell'olio extra vergine di oliva spesso in etichetta viene riportato un numero eccessivo di informazioni. Esistono, in effetti, indicazioni obbligatorie ed altre facoltative: queste ultime spesso cercano di valorizzare il prodotto (DOP, BIO, italiano, marchi privati, tecnologia a freddo, ecc.) ed è utile riuscire a capire il significato di ognuna per quello che ognuna di esse effettivamente vale e fare una scelta consapevole al momento dell'acquisto.

Olio extra vergine di oliva: la dicitura obbligatoria in etichetta è "*olio d'oliva di categoria superiore ottenuto direttamente dalle olive e unicamente mediante procedimenti meccanici*". È facoltativo per il produttore, indicare sull'etichetta della confezione il grado di acidità del prodotto: se questo dato viene riportato, è obbligatorio per legge indicare anche il numero di perossidi, il tenore in cere e l'assorbimento all'ultravioletto. Nel caso di olio DOP, vige l'obbligo di riportare in etichetta il logo comunitario ed un riferimento al sistema di garanzia adottato, così come nel caso dell'olio biologico, in etichetta dovrà comparire il riferimento all'ente di controllo che ha eseguito le verifiche ed eventualmente anche il logo comunitario specifico.

## PRODUZIONE DELL'OLIO IN ITALIA

A conferma di quanto riportato in apertura di questa breve disamina sull'olio di oliva extra vergine, in Italia, a seconda del territorio, si produ-





cono oli con sapori e caratteristiche assai differenti. In linea generale, nell'Italia settentrionale si producono oli dal gusto pronunciato, fruttato, dal colore giallo-verde chiaro. In Liguria, in particolare, si ottiene un olio dal gusto delicato, con colore dal giallo dorato al verde chiaro. Nell'Italia centrale, invece, si trovano varietà di oli dal profumo accentuato, gusto deciso, con colore dal giallo oro al verde intenso, elevato contenuto in acido oleico e maggior rapporto insaturi/saturi rispetto agli oli meridionali. Nell'Italia del sud, infine, si producono oli dal gusto e sapore pieni e decisi, con colore giallo marcato e verde intenso e maggiore percentuale di acidi grassi saturi. Per quanto riguarda le quantità prodotte, dal bilancio previsionale ISMEA sulla campagna 2001-2002 risulta che servivano 450.000 tonnellate di olio di oliva d'importazione (il 7% in più rispetto alla campagna precedente) per compensare il divario tra produzione e consumi in Italia. A una produzione nazionale di circa 520.000 tonnellate di olio di oliva, infatti, avrebbe dovuto aggiungersi uno stock iniziale di 55.000 tonnellate che portava le disponibilità, escluse le importazioni, a 575.000 tonnellate. Per soddisfare il mercato interno ed alimentare contemporaneamente le esportazioni, la filiera italiana avrebbe dovuto contare su un quantitativo di 985.000 tonnellate, che, aggiungendo anche 40.000 tonnellate di stock finali, si traduceva, per l'appunto, in un gap di 450.000 tonnellate, interamente coperto dalle importazioni. Questa situazione si riproduce con, più o meno, gli stessi numeri ogni anno e per ogni regione.

## **PRODUZIONE DELL'OLIO NELLA PROVINCIA DI ROMA**

Le principali varietà di piante da olive coltivate nel Lazio sono Canino e Gaeta. La struttura produttiva agricola del territorio romano risulta essere composta da:

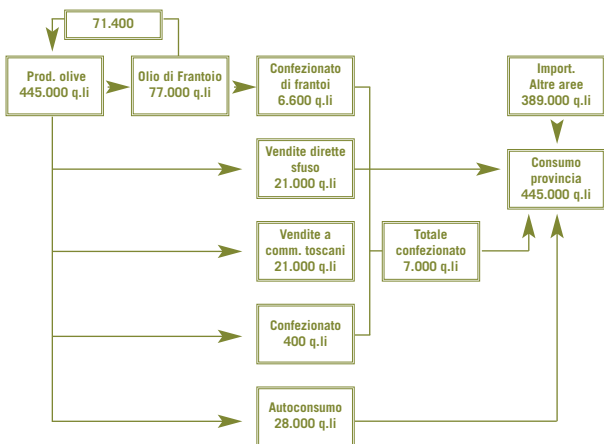
- circa 40.000 aziende olivetate (stazionarie);
- per una superficie olivetata media di 0,56ha per azienda (in diminuzione);





- dove il 68% delle aziende olivicole ha una superficie olivetata di 0,26ha;
- mentre meno del 3% delle aziende ha una superficie maggiore di 2ha.

Nel grafico seguente vengono riportate la produzione di olive nell'anno 2000, quale sia in termini quantitativi la destinazione d'uso dell'olio prodotto nella provincia di Roma e quale sia il rapporto tra consumo locale di olio della Sabina romana e di prodotto "importato" da altre regioni/Paesi.



È questa una foto del mercato romano dell'olio di oliva di grande interesse, poiché da essa se ne deduce una serie di constatazioni utili. In primo luogo, si evince che il 27,2%, del prodotto totale (vale a dire 21.000 quintali di olio di frantoio su 77.000 quintali prodotti) viene venduto sfuso in vendita diretta a consumatori locali e, in piccole quantità, ad operatori della ristorazione. Un'analoga percentuale

viene venduta, sempre in vendita diretta, a committenti specifici, vale a dire le industrie di confezionamento toscane.

In secondo luogo, dei 77.000 quintali di olio di frantoio prodotto in un anno, solo 7.000 quintali, quindi meno del 10% del totale, vengono confezionati (di cui 6.600 quintali direttamente dai frantoi) e venduti alla Grande distribuzione organizzata - GDO, ad enoteche e negozi specializzati in quantità limitate, mediante vendite postali, ma con enormi difficoltà di gestione, e ad operatori della ristorazione, ma con scarsa convenienza economica.

In terzo luogo, il restante 36,3%, per complessivi 28.000 quintali di olio di oliva, è destinato all'autoconsumo.

## CURIOSITÀ

L'olio extra vergine di oliva, delizia per il palato e toccasana per la salute, è anche un ottimo prodotto di bellezza. Ogni parte del corpo può beneficiare delle sue prodigiose qualità, grazie alla presenza di sostanze inestimabili, quali squalene, fitosteroli e tocoferoli; acidi grassi, quali il linoleico e il linolenico; importanti vitamine, quali K, A, E, D; composti fenolici.

Si tratta di un vero e proprio patrimonio di sostanze benefiche per la salute dell'epidermide: l'olio extra vergine d'oliva è, infatti, un efficacissimo prodotto emolliente, tonificante e protettivo, un insostituibile antiossidante, capace di combattere gli inestetismi cutanei derivanti da fumo, cambiamenti climatici, inquinamento, vecchiaia, arrossamenti ed irritazioni della pelle, debolezza e/o impoverimento della cute e dei capelli.

Esso è un prezioso rinforzo per le unghie, allevia i dolori muscolari ed aiuta a liberare le orecchie dal cerume oltre ad essere ottimale unguento per massaggi, grazie alla sua profonda capacità di penetrazione.