Parliamo di oli di semi? Si, ma di vinaccioli.

Per la serie 'Vivere Naturalmente' olio di vinaccioli e chiodi di garofano per difendersi dalle zanzare.

Recentemente ho incominciato ad utilizzare l'olio di semi di vinaccioli, lo conoscete? E' **un olio che si ottiene dai semi presenti negli acini d'uva**. Devo confessare che la prima cosa che mi ha incuriosito verso la sua conoscenza è stata proprio questa: la sua origine. L'uva è un frutto che amo particolarmente, perché evoca in me ricordi ed atmosfere singolari. Comunque sia, a parte questo lato romantico, è **un olio dai molti effetti benefici,** che si può utilizzare sia per condire a crudo che per cucinare. E non è tutto, sappiate che per le sue proprietà viene usato ampiamente anche in cosmesi.

E' buona abitudine usare l'olio di semi d'uva perché... 

- Contiene naturalmente acidi grassi polinsaturi del tipo **Omega-6** che abbassano il livello del colesterolo LDL (colesterolo cattivo).



- È ricco di **polifenoli** che, grazie agli effetti antiossidanti, apportano **benefici sul sistema**

cardiovascolare.

- L’uso costante sulla cute ne preserva l’elasticità rallentando la formazione delle rughe.
- Grazie ai polifenoli, e alle conseguenti **proprietà antiossidanti**, rallenta l’invecchiamento della pelle.
- In caso di macchie scure cutanee il suo uso continuativo ha un **effetto schiarente**.

Ottimi motivi per utilizzarlo, senza però nulla togliere al buon olio extra vergine di oliva, prodotto insostituibile e irrinunciabile.

Tornando all’olio di vinaccioli, volete sapere dove l’ho trovato? In farmacia, si, proprio così, in uno scaffale dedicato ai prodotti biologici. Mi è piaciuta molto questa scelta, che in molti stanno già seguendo. Il costo? Ho acquistato una bottiglia da 500 ml a euro 5,50. Più che ragionevole visti i molti benefici che ne possiamo ricavare.

Ma non è tutto, ho utilizzato quest’olio unito a dei chiodi di garofano fatti macerare in alcol etilico alimentare, per una **pozione antizanzare**. Niente stregonerie, ma solo una semplice ricetta naturale conosciuta già da molti. Tra l’altro Fausto Delegà, amico e ‘api-cultore’, usa l’**olio di chiodi di garofano su mani e vestiario per proteggersi dalle api** che, come dice lui, sono si amiche e sempre docili, ma a volte un po’ nervose e aggressive. Non amando questo profumo si allontanano subito. Ecco come si prepara.



Olio di vinaccioli e chiodi di garofano

Fate macerare 60 grammi di chiodi di garofano in mezzo litro di alcol etilico alimentare per quattro giorni agitando di tanto in tanto.

Passato il tempo, unite alla soluzione filtrata un bicchiere di olio. Io ho usato quello di vinaccioli, ma è possibile usarne anche un'altra tipologia.

Mescolate bene e spalmatene qualche goccia nei punti più esposti.

Provare per credere, o meglio, per non essere punti!

Riflessioni dopo Olio Officina Food Festival 2015

Da pochi giorni si è conclusa la 4' edizione di Olio Officina Food Festival, l'appuntamento milanese diretto dall'oleologo e scrittore Luigi Caricato che vede protagonista l'olio da olive. Un format dedicato ad approfondimenti, dibattiti e degustazioni, che ogni anno puntano a diffondere buona cultura del cibo per favorire il consumatore verso una scelta informata e consapevole.

Durante la giornata a cui ho partecipato, molti gli spunti di riflessione su cui confrontarsi per la promozione di un’importante produzione italiana che vive una stagione difficile. Qui di seguito mi soffermerò su alcuni momenti che a mio parere meritano attenzione e ragionamenti ponderati.

- **La gestione dell’olio al ristorante.**

Uno degli argomenti chiave per una proposta che favorisca l’olio extra vergine di oliva di qualità. Il ruolo della ristorazione in questo caso è di rilevante importanza.
Educare il cliente verso una scelta consapevole dipende molto da come viene presentato un prodotto. Questo presuppone una formazione degli addetti e un confronto con il mondo delle produzioni attraverso meeting e corsi formativi che predispongono a tale compito.

- **Il blending.**

Con Marcello Scoccia, vice presidente ONAOO (Organizzazione Nazionale Assaggiatori Olio di Oliva) si è parlato di blend, cioè l’arte di assemblare cultivar per ottenere profili sensoriali che soddisfino il cliente. Anche se non piace a tutti, il blending non va inteso come una sofisticazione. Tale compito infatti è assolto da assaggiatore esperti.





La gestione dell’olio al ristorante

- **Monodose di olio extravergine di oliva al ristorante.**

Un’idea interessante più volte discussa, che le aziende agricole possono adottare per proporsi ai consumatori attraverso la ristorazione. Una monodose a prezzo simbolico per farsi conoscere e diffondere così le produzioni di oli extra vergine di qualità, dando la possibilità ai consumatori di fare ordini direttamente alle aziende.

- **Tappo antirabbocco.**

Qui tocco un tasto dolente. C’è infatti chi lo reputa solo una presa in giro per il consumatore, visto l’utilizzo di oli di scarsa qualità che ‘a volte’ vengono utilizzati nelle cucine durante le preparazioni dei piatti. Personalmente, per evitare che una bottiglia con note etichette venga più volte riempita con oli discutibili, promuovo senza dubbio l’adozione di

questo tappo. Sul resto la professionalità del ristoratore fa la differenza. Come ha sottolineato una persona del pubblico presente al dibattuto, in Giappone, paese che apprezzo sempre di più, preferiscono di gran lunga privilegiare investimenti in cultura del settore. Chi vuol capire intenda.

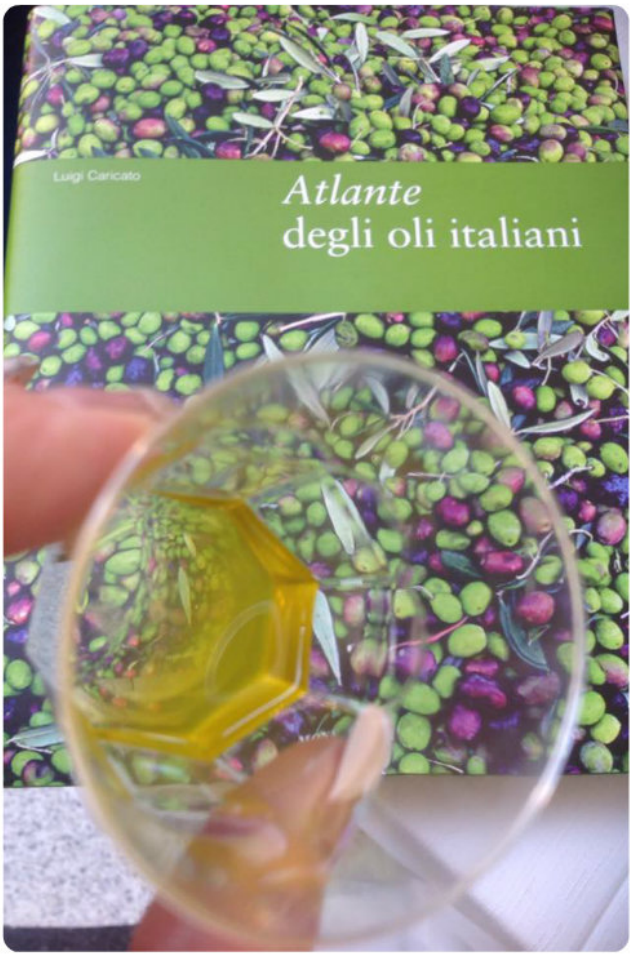
- **Cibo e bambini.**

Con Giovanna Ruo Berchera, insegnante di cucina, si è parlato di bambini che rifiutano il cibo per motivi non legati al gusto. Giocare con gli alimenti legandoli ai racconti, crea emozioni che inconsapevolmente vengono custodite nelle memorie. Coinvolgerli nelle preparazioni, oltre a divertirli, li aiuta a superare e vincere le diffidenze. Sfido chiunque a non ricordare un cibo della memoria legato ad un ricordo d'infanzia…

- **Eros e cibo.**

L'olio alimenta l'eros. Questo il tema della 4′ edizione di Olio Officina Food Festival. Anche il pane è eros. Simona Lauri, consulente e tecnico per la panificazione, insieme a Giuseppe Capano, chef e consulente di cucina, ha raccontato un cibo che amo molto, artigianale e appagante, che mi da piacere e benessere riportandomi ai valori di una volta. Il mio consiglio è di scegliere accuratamente i panificatori che privilegiano farine di qualità. In cambio avremo prodotti da forno che renderanno le nostre giornate più ricche di bontà e di salute.

Il pane, un corpo caldo che è vita e passione. Simona Lauri





Massimo Occhinegro, esperto di marketing internazionale

Le ‘Grotte di Sileno’ della chora tarantina, una terra di confine piena di magia e misteri non ancora violati.

Le Grotte di Sileno, un sito archeologico in cui viene prodotto olio, vino e frutta antica. Qui troverete l’orto di

‘Columella’, la capanna preistorica, ma soprattutto l’accoglienza della Magna Grecia (ξενία).

Sileno, un essere mitologico dell’Antica Grecia educatore di Dioniso (Bacco). Raffigurato come un vecchio ubriaco a cavallo di un asina, è protettore delle vigne e del vino.

L’ho conosciuto nelle sue grotte, o meglio, nella zona limitrofa di un’azienda agricola di Castellaneta in provincia di Taranto in cui, durante gli scavi archeologici, sono stati ritrovati impianti di vigneti preromani e le raffigurazioni di Sileno. Testimonianze che attesterebbero la vocazione di questo territorio alla produzione di vino.

Da qui l’origine del nome dell’azienda agricola di cui Raffaele Rochira è socio: **Le Grotte di Sileno**.



Paolo Barberio Az. Agricola Campanello – Raffaele Rochira Az. Agricola Le Grotte di Sileno

Una tenuta che ha acquistato dopo aver superato un momento difficile della sua vita. Nonostante non sia nato agricoltore, le sue origini lo hanno richiamato alla terra. Determinanti gli studi in Toscana. La passione per il territorio e la caparbietà della sua gente nel promuoverlo, gli è stato negli anni avvenire di grande insegnamento.

Nonostante l'Italia sia da sempre un paese vocato alla terra e all'agricoltura, le complicanze burocratiche ostacolano chi si vuole, con grandi sforzi, dedicare ad essa. Un tasto

ahimè dolente, che purtroppo sento ribattere ogni qualvolta io visiti una realtà agricola.



Una vite di cento anni. Monumenti della natura.

- **Raffaele, partiamo da qui. Come vivi il tuo territorio?**

E’ difficile operare in un contesto caratterizzato da assenza di amore e carenza di opportunità economiche; in particolare nella visione, da parte di alcuni cittadini, condizionati da rappresentanti delle Istituzioni, che, per diversi motivi, non credono o non vogliono credere nel settore primario.

L’importanza di comunicare il territorio attraverso il recupero delle nostre radici storiche è la vera presa di coscienza per non perdere la nostra identità per una nuova vision culturale ed economica.



Le Grotte di Sileno – Porta antica

- **Vino, olio e frutti antichi. Queste le tue principali produzioni.**

Esatto. Quello che cerco di fare è raccontare con i nostri

prodotti, la natura e la cultura di questa fantastica terra amata sin dalla notte dei tempi, da filosofi, scienziati, imperatori e principi. Racconto la mia Terra, la Puglia, la chora (terra) tarantina, dove gli ulivi migrano in senso metaforico e non.

Una terra di confine piena di magia, ricca di misteri non ancora violati. Quello che cerco di fare è suscitare emozioni a chi decide di “viverla”.



L’ulivo maritato con la pietra

- **Mi hai parlato del tuo orto antico: l’orto di Columella.**

L’idea nasce dal fatto che, quando ho acquistato l’azienda ho trovato intatto l’orto di Columella (Generale e

Agrimensore Romano che assegnava ai veterani delle legioni romane, di ritorno dalle missioni, delle terre). Novanta are (novemila metri quadri) delimitati da muri a secco che nel lato Nord sono alti fino a quattro metri per proteggere dai venti freddi settentrionali l'orto e gli alberi da frutto.

Visto che in maniera fortuita si era conservata questa antica struttura, perché non reinserire le antiche piante e gli antichi semi ricostruendo integralmente l'orto e realizzando così un esempio di archeologia viva del territorio? Così ho fatto.



Capperi

- **Mi hai fatto visitare la ricostruzione della capanna preistorica dell’età del Bronzo Medio, rinvenuta a Sud dell’azienda. E’ legata ad un progetto?**

Si, è una ricostruzione fedele, posta in essere con l’aiuto di architetti ed archeologi: un progetto di Archeologia sperimentale finalizzato alla promozione del territorio. Ne abbiamo in cantiere diversi, tra cui uno per la promozione di tecniche di costruzione biodinamica la cui realizzazione

passa attraverso un azione sinergica tra università, professionisti e altre imprese.



Casa di Paglia

- **Nella tua tenuta organizzi attività archeologiche con i bambini. Un’iniziativa che ha avuto un buon esito, e che insegna loro ad amare la storia. Me ne parli?**

Grazie alla collaborazione con l’Associazione Culturale Aulon Res, composta da guide specializzate coadiuvate da archeologi ed architetti, si organizzano visite con le scuole, e non solo. Sia i bambini che gli adulti hanno così la possibilità di vivere l’emozione di uno scavo archeologico con la scoperta di costruzioni, tombe e reperti.

Suscitare emozioni è la mission delle Grotte di Sileno, in questo caso, con il fascino della scoperta dell’antico, anche il mistero.



Pozzo antico

- **Ora parliamo di turismo. Posso dire di aver visto le basi per un buon esito di accoglienza rurale e non solo. Ho visto avviato il tuo agriturismo. A che punto sono i lavori di messa in opera?**

Cinzia, siamo già operativi, nel senso che pratichiamo i principi di ospitalità e accoglienza della Magna Grecia (**ξενία**). L'agriturismo, come accoglienza in camera, sarà operativo per l'apertura dell'Expo 2015.

Come sempre, ma in particolar modo questa estate, organizzeremo visite guidate in azienda e nei territori circostanti disponibili ad accoglier gli ospiti delle altre strutture ricettive con percorsi tra natura e storia…



Gelso



Fiore di Melograno



Le Grotte di Sileno

Raffele Rochira www.legrottedisileno.it

raffaelerochira@alice.it

Lo storico frantoio “L’Acropoli di Puglia” di Martina Franca

Martina Franca in provincia di Taranto, una cittadina elegante e ricca di storia nel cuore della Valle d’Itria. L’ho conosciuta passeggiando lungo le sue strade e ammirando lo stile barocco delle sue case e dei suoi palazzi. Una città che mi ha particolarmente colpito per la cura e l’ordine con cui è tenuta. *“Qui mangi pane e barocco”* intitolava nel giugno del ’97 la rivista “Bell’Italia” a proposito del suo centro storico.

Fino a ieri ero da quelli parti per un breve periodo di vacanza. Unisco sempre l’utile al dilettevole visitando le realtà agricole delle terre che visito. Me ne è stata consigliata una che però purtroppo, a causa della mia partenza, non sono riuscita a vedere: lo storico frantoio **“L’Acropoli di Puglia”.**

Lo ha fatto per me Vito Piepoli. Condivido con voi il suo racconto.

Lo storico frantoio “L’Acropoli di Puglia”

di Vito Piepoli

Il mese di maggio si dice la messa nello spazio esterno antistante l’ingresso del frantoio “L’Acropoli di Puglia” di Martina Franca (Taranto), in attività dal 1889, della famiglia

Lucarella, dove svetta una bella statuina della Madonna di Odegitria . Con questa visione benedicente comincia la visita all'antico frantoio oleario di ben centoventidue anni in compagnia di Beatrice Lucarella.

"Lui era Domenico il nonno di mio padre, poi Vincenzo, il papà di mio padre" ci dice Beatrice indicandoci delle foto in alto, poste subito all'interno del frantoio di famiglia. Entrando è cambiata la temperatura, si sta abbastanza freschi. Essendo collinare Martina, da un lato si scende e dall'altro si sale… quindi come frantoio è interrato. Non è molto grande, è rimasto com'era, nel centro della cittadina. E' un frantoio semi – ipogeo, come conformazione e struttura. E' "semi" proprio perché non è posto in cavità sotterranee ma leggermente al di sotto del livello stradale. La produzione è a freddo con macine in pietra e torchi idraulici.

L'azienda è mèta di visite turistiche e di gruppi di scolaresche per la riscoperta degli antichi mestieri e per far conoscere le diverse fasi di produzione quale la frangitura, la gramolatura, la spremitura, la conservazione e l'imbottigliamento. Continuiamo ad osservare all'interno del frantoio e ci lasciamo attrarre da segni e particolari *a latere* dell'attività principale. Vi sono dei ganci sul soffitto.

La maggior parte di questi ganci potevano avere più funzioni o appendere i caciocavalli e salumi in genere da stagionare. I ganci ad anello invece servivano per attaccare gli animali alle catene. Per la staffa di cavallo c'è un duplice significato, il primo è quello di portafortuna. Il secondo riguarda l'uso del cavallo quale animale da 'giro', ovvero il quadrupede utilizzato dal frantoiano per far girare le molazze.

Anticamente, il luogo di trasformazione delle olive in olio era denominato *"trappeto"*, dal latino *trappetum*, ossia frantoi scavati nella roccia che testimoniano un'economia fiorente di

un lontano passato, o anche dal greco *trapeo* = pigiare o *trepo* = torcere o anche *trapetes* che significa appunto frantoio dal numero delle macine che anticamente erano tre, più piccole di diametro delle attuali, posizionate in basso e trainate da cavalli murgesi, asini, tipici della zona, o da buoi.



L’Acropoli di Puglia

La produzione viene fatta proprio come tradizione comanda, prima la frangitura delle olive sotto la macina e poi la pasta ottenuta viene posizionata sui fiscoli, a forma di ciambelle, originariamente impagliati, che vanno l’uno sull’altro a comporre la “torre” , pronta per la spremuta sotto il “torchio”. Quattro presse presenti nel frantoio e, a dire della nostra guida, durante il periodo di produzione sono necessarie almeno quattro – cinque persone per portare avanti la lavorazione.

Per fare una macina e comporre almeno una “torre” ci vogliono almeno tre quintali di olive e, secondo Beatrice, quest’anno l’annata dovrebbe essere abbastanza buona per la raccolta

nelle tenute di famiglia che sono ubicate in agro di Martina Franca e Crispiano. Ciò che in realtà incide molto a livello di costi è il mantenimento della campagna. Soprattutto difficili da recuperare poiché si cerca di mantenere un prezzo medio di vendita al pubblico anche se è indispensabile per il consumatore capire che se si vuole mangiare bene e genuino il prodotto di qualità ha un costo.

Beatrice ci ricorda che, passando ad un altro prodotto della terra, dall'uva si ricavano eccellenti vini bianchi (bianco Martina) e rossi (Primitivo del Salento) tipici del territorio della Valle d'Itria. Anche il mercato del vino a livello globale è diventato difficile. Mi è capitato di avere un incontro con degli importatori russi, dice Beatrice, che chiedevano di pagare il vino sfuso a cinquanta centesimi al litro (un'assurdità!).

Tornando all'olio, la guida ci rassicura sul fatto che le olive raccolte e macinate presso il frantoio di famiglia non si raccolgono da terra anzi lei stessa ci dice che non si devono raccogliere da terra, perché *"l'oliva è una spugna che al contatto con la terra non fa altro che assorbire l'humus, l'umidità e la muffa. I nostri terreni non sono trattati con diserbanti nocivi arando il terreno con l'uso di trattori per eliminare le erbacce e impastare il terreno. La raccolta avviene per lo più per sfilamento dall'albero delle olive, ma se utilizziamo il braccio meccanico le olive vengono immediatamente raccolte dalle reti. E' una faticaccia. Il nostro principale cultivar è caratterizzato da olive "coratina" ma anche da "leccina-nociara" innestate nella stessa pianta, il tutto frutto di alberi secolari. La raccolta viene effettuata nei mesi di novembre-dicembre, anche se molto dipende dal tipo di clima che si è avuto e dalla presenza di abbondanti o scarse piogge; la potatura avviene poco dopo la raccolta, con il sistema della potatura corta "*.

Il prodotto viene apprezzato ed esportato negli Stati Uniti, in Europa nei paesi dell'Est, ed in molti paesi europei

soprattutto in Inghilterra e Francia. In Italia viene adottata la vendita attraverso il sistema del ***door to door*** ovvero spedito direttamente presso le famiglie. Nel frattempo la visita continua e osserviamo alcune cisterne interrate piene di “oro giallo”, dove l’odore dell’olio fresco appena franto viene avvertito ancor prima della vista, cogliendone un profumo che inebria piacevolmente i polmoni, prima ancora che la coppa calata nell’olio ci venga avvicinata al naso.

Dopo un anno di conservazione, ci viene riferito, il prodotto rimane sicuramente di qualità, però non è più quel verde intenso, non ha quel sapore che pizzica, ma maturando perde un po’ qualcosa, com’è natura. Conosciamo Vincenzo, il secondo dei tre figli, anche lui attivamente impegnato nell’azienda di famiglia occupandosi principalmente del settore marketing e commerciale. Il filtraggio dell’olio grezzo viene effettuato con metodo “a bambagia”, proprio come si faceva una volta, con l’ovatta. Più che un filtraggio è una vera e propria sgrossatura.

La famiglia Lucarella oltre al frantoio ha una azienda agricola che produce anche altri prodotti alimentari di pregio, in vendita in una location ubicata in piazza Umberto oltre ad una linea di prodotti cosmetici naturali a base di olio extra vergine di oliva. *“Produciamo anche un condimento balsamico, che ha quindici o ventuno anni di invecchiamento”* – ha concluso Beatrice – che all’assaggio ci sembra più che un aceto, un vino da dessert e il mosto cotto di uva bianca, il “vin cotto” dalla particolare consistenza, prodotto col vecchio disciplinare. E a noi non ci resta che salutare e augurare al frantoio “L’Acropoli” lunga vita, per il gusto del nostro palato e la bellezza della nostra pelle.

Io la notte mi vesto con due gocce di… “Olio EVO e Bergamotto”

Marilyn Monroe, simbolo di bellezza e femminilità era solita dire: “*La notte mi vesto con due gocce di Chanel numero 5*”. Ebbene, siamo entrambe bionde e femminili, ma io la notte amo di gran lunga vestirmi con olio EVO e Bergamotto. Detto questo, lungi da me paragonarmi a questa intramontabile icona del cinema. Ho voluto solo riallacciarmi a questo suo modo di dire per raccontarvi il modo in cui saluto il giorno e mi accompagno alla notte.

Sono anni che ormai utilizzo l’olio extra vergine di oliva per mantenere la pelle morbida ed elastica. Ho imparato a farlo grazie ad un medico che me l’ha consigliato durante la mia gravidanza. Ero molto giovane e inesperta. Quando gli chiesi cosa potessi usare per evitare la formazione di ragadi lui deciso mi disse: “*Cinzia, niente creme, usa solo un buon olio di oliva spalmandolo quotidianamente sulla pelle*.” Io non ho ragadi, forse non ero predisposta, o forse più semplicemente le molte proprietà benefiche dell’olio di oliva e la costanza nell’usarlo le hanno prevenute.



Ultimamente ne ho scoperto uno veramente speciale, l'Olio EVO con il Bergamotto che la cara amica **Alessandra Paolini** produce nella sua **Azienda Agricola a Doria**, in provincia di Cosenza. Un olio dai profumi molto particolari.

Lo sapevate che la **Calabria** vanta un'antica coltivazione di **Bergamotto** risalente alla metà del 1700? Proprio così, ma non solo visto che a livello mondiale è anche la maggiore produttrice di questo agrume DOP dal 2001, i cui oli essenziali vengono impiegati nella produzione dei profumi.

Un mix perfetto per la salute della pelle utilizzato fin dall'antichità. L'olio d'oliva infatti, grazie ai suoi contenuti di **vitamina E, vitamina A, beta-carotene e altre sostanze benefiche**, contrasta i radicali liberi rallentando l'invecchiamento dei tessuti. In più è un prodotto naturale della nostra agricoltura che fa grande l'Italia nel mondo, meglio di così!

La Natura cura!



Frangivento Cipressino nella terra di Doria – Fotografia di Alessandra Paolini

---

L’importanza di saper comunicare l’olio extra vergine di oliva

Si è appena conclusa l’ultima edizione di Olio Officina Food Festival, l’evento ideato e diretto da Luigi Caricato teso a promuovere l’olivicoltura in tutte le sue forme. Molti gli spunti di riflessione, su cui, con i protagonisti della filiera, discutere e ragionare per un approccio e coinvolgimento migliore

del consumatore verso le produzioni di qualità.

Da dove partire quindi ? Il miglior modo a mio parere, è capire quale sia agli occhi del consumatore la visione dell'olio extra vergine di oliva. Nonostante si stia facendo molto, la confusione ha ancora la meglio sulla limpidezza che questo prodotto esige.

Dopo avere ascoltato l'intervento di Antonio Iaderosa, Direttore ICQRF per Milano e Brescia (Ispettorato Centrale della tutela della Qualità e Repressione Frodi dei prodotti agroalimentari), ed essermi fermata con lui a fine dibattito per discutere su alcuni punti, ho constatato che, sia tra i produttori che tra i ristoratori, ci sono ancora molti dubbi.

Dunque, partendo da una buona produzione di olio extra vergine di oliva italiano, il passo successivo e di fondamentale importanza, è il modo in cui viene presentato e comunicato. Partiamo dall'etichetta. Come mi diceva Antonio Iaderosa, oltre a scrivere il produttore, il paese di provenienza delle olive (non si possono inserire i nomi delle regioni italiane) e le info legate all'azienda, è facoltativa la scelta di scrivere la cultivar.

Ebbene, alcuni produttori mi hanno fatto presente che però la descrizione sull'etichetta dipende anche dai disciplinari delle 42 DOP (il cui numero per me, e non solo per me, è troppo, e crea confusione). Uniformare le 'info di base' per tutte le DOP non sarebbe una cosa giusta? Non dovrebbero variare solo per quanto riguarda il territorio a cui si riferiscono?

Un'altra forma di comunicazione utile per promuovere l'olio di qualità, come sottolineava durante il Festival Luigi Caricato, potrebbe essere anche l'introduzione di veri e propri 'blogger dell'olio', che, con un approccio più vicino alla gente, potrebbero essere un valido aiuto in questa direzione.

Si è parlato anche del ben noto tappo anti rabbocco bocciato dalla Comunità Europea. L'introduzione impedirebbe il riempimento successivo da parte di ristoratori scorretti, che propongono sui

tavoli bottiglie di olio extra vergine di oliva di noti produttori, ahimè riempite con oli di scarsa qualità. Operazione tra l'altro, oltre che scorretta, anche lesiva dell'immagine dell'azienda in questione. Mi raccomando, scegliete i ristoratori virtuosi!

Ovviamente parlo da consumatrice appassionata che si informa. Sono convinta che, per una scelta dell'olio extra vergine di oliva consapevole, è importante puntare sulla semplicità e sulla chiarezza. Se sono gli stessi produttori/ristoratori a non avere le idee chiare, ci meravigliamo ancora se tra i consumatori c'è confusione?!

Un po' di chiarezza, o quasi, in tema di presentazione degli oli di oliva nei pubblici esercizi

Recentemente, con un amico che si occupa di ristorazione, mi sono trovata a discutere sulla presentazione della bottiglia di olio extra vergine di oliva che mi piacerebbe vedere sul tavolo in tutti i ristoranti.

Confrontandomi con altri del settore, mi sono resa conto che molta chiarezza in effetti non c'è.

Per questo motivo, visto che mi piace parlare con cognizione di causa, mi sono informata consultando **Massimo Occhinegro**,

consulente d’impresa in ambito fiscale e di marketing internazionale, con particolare riguardo al comparto di olio di oliva nei mercati europei ed extra europei.

Tenteremo di fare un po’ di chiarezza, o quasi (leggendo capirete il perché), inserendo la *Legge 14 gennaio 2013 n.14* e l’interpretazione di Massimo.

- **Legge 14 gennaio 2013 n.14**

Art. 7 – Termine minimo di conservazione e presentazione degli oli di oliva nei pubblici esercizi.

1. Il termine minimo di conservazione entro il quale gli oli di oliva vergini conservano le loro proprietà specifiche in adeguate condizioni di trattamento non può essere superiore a diciotto mesi dalla data di imbottigliamento e va indicato con la dicitura «da consumarsi preferibilmente entro» seguita dalla data.

2. Gli oli di oliva vergini proposti in confezioni nei pubblici esercizi, fatti salvi gli usi di cucina e di preparazione dei pasti, devono possedere idoneo dispositivo di chiusura in modo che il contenuto non possa essere modificato senza che la confezione sia aperta o alterata, ovvero devono essere etichettati in modo da indicare almeno l’origine del prodotto ed il lotto di produzione a cui appartiene.

3. La violazione del divieto di cui al comma 1 comporta l’applicazione al titolare del pubblico esercizio di una sanzione amministrativa da € 1.000 a € 8.000 e la confisca del prodotto.

4. All’articolo 4 del decreto-legge 10 gennaio 2006, n. 2, convertito, con modificazioni, dalla legge 11 marzo 2006, n. 81, i commi 4-quater e 4-quinquies sono abrogati.

“Chiave interpretativa” della legge in questione di Massimo Occhinegro

La legge 14 gennaio 2013 n.14 con l’articolo 7 secondo comma ha

inteso abrogare la precedente legge che vietava in maniera esplicita l'uso delle "famose" ampolle dell'olio. Tuttavia sia pure in maniera confusionaria, ha voluto introdurre da un lato l'uso di bottiglie con tappi anti-rabbocco e dall'altro confermare l'obbligo del l'indicazione dell'origine nonché del lotto di produzione a cui appartiene.

L'articolo è tuttavia mal scritto e soggetto a diverse interpretazioni. La "chiave" interpretativa risiede a mio parere nel significato di "ovvero". Nella lingua italiana "ovvero" può essere interpretato come sinonimo di "oppure", ma in tal caso, il legislatore avrebbe forse pensato a bottiglie con sistema di chiusura anti-rabbocco, senza etichetta, il che è per logica, senza senso, da un lato, mentre dall'altro confezioni senza tappo anti-rabbocco ma etichettate con indicazione di origine, data di scadenza inferiore ai 18 mesi dal confezionamento e lotto di produzione, il che anche in questo caso tale evenienza avrebbe poco senso vista la volontà di impedire il riutilizzo delle confezioni.

Pertanto la parola "ovvero", a mio parere andrebbe interpretata con il significato di "ossia", (come spesso accade nella formulazione delle norme di legge) con l'intento di offrire una specifica in più rispetto a quanto scritto nella prima parte dello stesso articolo 7, comma 2.

In definitiva tutto ciò significa che le bottiglie devono essere etichettate come da norma di legge e che in più dovrebbero avere tappi anti-rabbocco. È evidente però che la formulazione di tale articolo sia stata fatta in maniera frettolosa e confusionaria come detto in premessa.

Cosa rimane da dire… mah, direi che a questo punto, l'unica cosa che mi viene da dire, è che tocca a noi prestare la giusta attenzione scegliendo la ristorazione virtuosa attenta alla qualità.

Con la mano sul cuore, scelgo l’extra vergine

Qui di seguito riporto la mia intervista, o meglio, il mio approccio con l’olio, raccontato rispondendo alle domande di Luigi Caricato, direttore di *Oliooofficina Magazine*, per la sua Rubrica ‘*Che Olio Sei*‘.

Per l’articolo originale cliccare qui.

La farm blogger Cinzia Tosini racconta la sua esperienza e il suo approccio con l’olio, a partire dall’infanzia. Per lei continua a rappresentare la cosa buona, ciò che fa bene, il prodotto prezioso e ricercato che va usato con cura.

Cinzia Tosini si definisce farm blogger. Così, di fronte al dilagare dei food blogger, c’è chi, invece, parte da una visione diversa, direttamente dalla terra, dai protagonisti del cibo prima ancora di approdare in cucina e poi sulle tavole.

- **Quale idea di olio lei si è fatta nel corso dell’infanzia? L’olio di quegli anni è stato quello ricavato dalle olive o un olio di semi?**

La mia infanzia è legata all’olio molto più che per un’idea. Da bambina l’olio rappresentava la cosa buona, ciò che faceva bene, il prodotto prezioso e ricercato che andava usato con cura. Ero uno ragazzina gracile con una salute cagionevole, un’unica figlia di un padre dalle cure premurose. L’olio era la terapia naturale che lui non mancava di aggiungere ad ogni mio piatto. Ricordo ancora le sue parole: “*Cinzia, papà adesso ti mette l’olio buono così diventi forte…*” Crescendo la mia idea non è cambiata, tutt’altro, si è rafforzata. L’olio, quello buono, quello ricercato, continua ad essere protagonista nella mia cucina. Ovviamente l’olio di quegli anni e degli anni a venire, per me, è solo l’olio ricavato dalle olive. Null’altro a mio gusto personale ha mai retto il confronto.

- **Una curiosità: i sapori e i profumi dell'olio della sua infanzia coincidono con quelli che invece percepisce e apprezza oggi?**

I profumi e i sapori dell'infanzia, essendo associati ai ricordi e alle emozioni, sono inimitabili e ineguagliabili. Come diceva l'antropologo Marino Niola – ciascuno di noi ha la sua *madeleine*, il sapore che gli ricorda la meglio età. Non è solo rimpianto dei sapori d'antan, ma uno stato di grazia da ricreare, una ricerca del tempo perduto. E quando ci riesce proviamo uno stupore infantile, una gioia bambinesca che ci fa socchiudere gli occhi di piacere… è tempo ritrovato. Tuttavia, lasciando da parte la nostalgia e scegliendo con attenzione, oggi si possono trovare ottimi prodotti dai sapori e dai profumi che fanno dell'olio extra vergine di oliva, una tipicità da promuovere e valorizzare per l'alta qualità ricercata da molti paesi al mondo.

- **Cosa apprezza di più di un olio extra vergine di oliva?**

La cosa che mi piace di più in un olio extra vergine di oliva, è senza dubbio il suo profumo. Sentendolo non riesco proprio a far a meno di socchiudere gli occhi. Se è buono la mia espressione è di pura beatitudine, mentre se non lo è… bè, lascio a voi immaginare.

- **Quanto sarebbe disposto a spendere per una bottiglia di extra vergine?**

Diciamo che, ovviamente senza esagerare, non bado a spese. Se penso che ci sono persone disposte a spendere cifre folli per acquistare un profumo, intendo per il corpo, mi viene spontaneo sorridere. Io non spendo cifre folli, spendo cifre ragionevoli per acquistare un prodotto di qualità che ricerco, oltre che per il buon profumo, anche per il buon gusto. Che ci volete fare… son fatta così!

- **A tal proposito, per lei la bottiglia che frequentemente acquista di quant'è? Da 250, 500, 750 ml o da litro?**

Se è buono decisamente un litro, anche perché l'olio extra vergine di oliva per me non è solo un condimento, accompagnato dal pane è soprattutto il mio spuntino preferito.

- **In tutta sincerità, senza alcuna senso di colpa o**

imbarazzo, qual è il suo condimento preferito tra tutti i grassi alimentari?

Senza dubbio e senza incertezza, e aggiungo con la mano sul cuore, l'olio extra vergine d'oliva!

- **Basta olio. Veniamo al suo lavoro. A cosa sta lavorando?**

Il mio vero lavoro, oltre che la mia passione e ormai la mia vita, è quello di raccontare ciò che la terra, attraverso l'esperienza delle persone che la lavorano e che la rispettano, permette di produrre. Il risultato di questa espressione è rappresentata dalle molte tipicità che fanno l'Italia un grande paese conosciuto nel mondo. La missione, mia, e quella tutti i veri italiani, è promuovere tutto questo.

Non interrompiamo la strada degli Oli d'Oliva Italiani

Oggi la mia riflessione inizia rileggendo lo sfogo di un amico, Piero Romano, produttore di olio extra vergine di oliva a Strongoli, Crotone. L'ho conosciuto così, leggendo le sue parole in una mail che ormai tempo fa mi aveva inviato.

> "Ciao cara Cinzia, come stai? Sai, quando ho iniziato a percorrere la strada dell'olio d'oliva ho voluto puntare sulla qualità, convinto che, chi lavora bene, col tempo venga riconosciuto. Non avevo però ahimè considerato un dio maggiore che regna supremo anche nel mondo dell'alimentazione. Parlo del Dio Denaro, sovrano incontrastato, che, col suo potere, relega la qualità umiliandola in un angolo! Ma non solo, la meraviglia più grande è stata la delusione della ristorazione medio alta che, nonostante si spacci per paladina della

> qualità, finisca per adottare scelte olistiche assai discutibili.”

Parole di un produttore messo in ginocchio come tanti a causa di **un mercato fatto di prodotti di dubbia provenienza e qualità**, che la poca cultura degli oli, terreno fertile nelle scelte deviate del consumatore, influenza negativamente.

In aggiunta, la crisi che viviamo è complice di **scelte non ragionate, spesso esclusivamente dettate da prezzi ridicoli** che non trovano assoluta corrispondenza nei costi reali di produzione.

Il triste quadro è completato **da una parte della ristorazione, che, nonostante si elegge promotrice della qualità, utilizza dietro le quinte, e non solo, prodotti mediocri**.

Parole tritate e ritritate, riproposte da chi come me, ama e vive il mondo delle produzioni, e che, avendo modo di ascoltare i disagi dei produttori, ha a cuore la loro sorte.

Da consumatrice, da appassionata, e da comunicatrice del territorio, esprimo ancora una vota il mio pensiero, nella speranza che prima o poi, queste parole non siano solo parole al vento.

Ripropongo qui di seguito il mio intervento nell’ultima edizione di **Olio Officina**, durante il quale ho espresso delle richieste ben precise che aiutino i consumatori verso una scelta più informata degli olii d’oliva:

- **Ai Comunicatori** chiedo più semplicità nelle parole. Insisto spesso su questo concetto perché ciò che è veramente importante è fare buona cultura della terra con parole semplici, per arrivare alla gente. I consumatori chiamano ancora l’olio d’oliva di qualità, “l’olio buono”. Il termine ‘olio evo’ ormai in voga, ai più è ancora ignoto (evo: **e**xtra **v**ergine d’**o**liva).
- **Agli Olivicoltori** chiedo di organizzare più eventi

degustativi per raccontare alle persone i propri olii. Come diceva Luigi Veronelli: *"L'olio come il vino. L'ulivo come la vite*." Oltre a "Cantine aperte" perché non fare "Oleifici aperti".

- **Alle Enoteche** chiedo di creare un angolo per una "oleoteca" che permetta la degustazione degli olii.
- **Ai Ristoratori** chiedo di raccontare gli olii d'oliva che vengono portati a tavola esattamente come si fa per il vino, basta chiedere alle aziende produttrici delle schede tecniche, o meglio ancora, formare gli addetti in sala con corsi per assaggiatore d'olio. In aggiunta, vorrei vedere sui tavoli, come già avviene per i vini, delle "carte degli olii d'oliva del territorio" con pillole informative che presentino brevemente le caratteristiche delle varietà. Un'altra cosa che mi piacerebbe vedermi proporre al ristorante, è una piccola bottiglia d'olio d'oliva del territorio, che "userei durante il pasto, pagherei nel conto a prezzo promozionale, e che mi porterei a casa."
- Ma chiedo qualcosa anche **ai Consumatori.** Di essere più curiosi nel provare gli olii d'oliva, ne abbiamo talmente tante varietà. Nonostante le nostre 530 cultivar Italiane e più, chiamiamo ancora l'olio d'oliva al singolare. Nel dubbio casomai, conviene orientarsi verso le DOP. Altro consiglio, quando siete in vacanza approfittate per fare visita ad una realtà agricola locale. Oltre che a vivere un'esperienza unica, sarete molto più consapevoli sui prodotti che consumerete.

Concludo ricordando che, due cucchiai di olio extra vergine di oliva al giorno, sono un efficace presidio medico per contrastare le malattie cardiovascolari.

Gianfranco Tuoro, da cuoco a produttore di “Sciavuru d’Aliva”… profumo d’oliva

Basta un attimo, e tutto cambia…

Come una mattina di due anni fa, quando a causa di una svista, un giovane uomo alla guida della sua auto non si è fermato ad uno stop. La mia macchina ha incominciato a roteare su stessa strisciando sul suolo fino a fermarsi distrutta, schiacciata e capovolta, con me appesa a una cintura tra i vetri frantumati. Gianfranco ha vissuto la stessa esperienza nel 2002, un grave incidente stradale avvenuto su una moto che purtroppo non lo ha protetto, obbligandolo ora su una carrozzina.

La vita è strana, a volte le difficoltà, mettendoci alla prova, fanno emergere in noi potenziali inaspettati. Io, bloccata a casa per mesi ho incominciato a scrivere di realtà che fino ad allora mi limitavo a visitare. Gianfranco invece ha iniziato a produrre olio d’oliva a Castelvetrano, in Sicilia, sua terra d’origine: “**Sciavuru d’Aliva**”.

Gianfranco Tuoro è nato e cresciuto a Lecco. La sua passione per l’enogastronomia l’ha portato ad orientarsi verso gli studi alberghieri. Mentre frequentava la scuola ha iniziato a lavorare come cuoco in un ristorante sulle rive dell’Adda. Poi, una volta diplomatosi, ha incominciato ad esercitare la sua professione in alcuni ristoranti in Europa.

Nel 2002, tornato in Italia per un periodo di vacanza, la sua vita è stata interrotta improvvisamente da un grave incidente

stradale che l’ha costretto su una carrozzina. Dopo il periodo iniziale dedicato alla riabilitazione fatta presso l’Ospedale di Sondalo, si è trasferito nel paese natio di sua madre, Castelvetrano (TP), in Sicilia.

La casa degli zii era più adatta alle sue nuove esigenze di vita. Poi, passare del tempo nel luogo in cui era cresciuto da bambino e i ricordi spensierati che riemergevano, l’hanno portato alla decisione di acquistare un pezzo di terra e di iniziare a produrre olio d’oliva.

Castelvetrano, paese dedito alla produzione dell’olio, l’ha chiamato a se. Dico spesso che la terra ci può salvare se sappiamo salvare lei. Così è per molti…

Ora Gianfranco vive li per parecchi mesi all’anno, per seguire personalmente le varie fasi della coltivazione dell’uliveto e della produzione del suo olio d’oliva.

Molto spesso mi soffermo, e senza accorgermi sorrido, ricordando la mia vita vissuta da bambina in campagna, quando il tempo passava lento tra le vendemmie e le tavolate allegre. Ho chiesto a Gianfranco di raccontarmene uno suo, un ricordo della sua infanzia a Castelvetrano, in terra di Sicilia.

Ricordo il sole infuocato, la gioia nell’immergere la testa in un secchio d’acqua gelata tirata fuori a mano dal pozzo… Ricordo la fame di noi bambini-cavallette al pensiero delle uova fritte nell’olio con le patate preparate dalle nostre mamme per l’ora di pranzo… Ricordo il cielo nelle serate Siciliane, quando, seduti sulla veranda ammiravamo il tramonto con le sue luci e i suoi colori… Ricordi indimenticabili e bellissimi!



- **Mi piace conoscere i territori raccontati da chi li vive e li rispetta. Le produzioni sono la conseguenza di queste passioni, sono il frutto della terra per mano dell'uomo. Il mio sogno è quello di legarmi alla terra, l'unica che mi da vera pace e benessere. Gianfranco ora tocca a te. Raccontami la tua terra…**

Cinzia, sul territorio di Castelvetrano regna l'ulivo e gran parte dell'economia del paese gira attorno ad esso. Il periodo non felice che stiamo attraversando ha colpito anche questa realtà, e ha disaffezionato molte persone dal lavoro della campagna perché non riesce più a creare un reddito adeguato.
Come ti dicevo la cultivar regina è la Nocellara del Belìce, un'oliva grossa e tonda, che appunto ricorda una noce. E' una cultivar che ha una storia antica. Pensa che nel 1600, sotto il dominio degli Aragona, nella zona furono create grandi piantagioni di olivi che, anziché mirare alla quantità

produttiva, prediligessero la produzione di frutti di grosso calibro. In quell’epoca nasceva la Nocellara come si conosce oggi, oliva fra le più rinomate nell’immenso elenco delle olive italiane.
Dal 2009 ho aderito al consorzio DOP “Valle del Belìce”. Non sapevo nulla di agricoltura ne di commercializzazione. Ho trovato però subito degli estimatori che mi hanno dimostrato stima dandomi coraggio. Dallo scorso anno esporto i miei prodotti anche all’estero con un’etichetta differente.
Sono contento di aver iniziato a collaborare con un ragazzo che, oltre alla vendita, si preoccupi di creare e diffondere la giusta informazione per l’uso di prodotti di alta qualità, e del perché questi abbiano dei costi diversi rispetto a quelli della grande distribuzione. Certo è, che ci sono popoli che hanno una propensione a voler imparare cose nuove rispetto ad altri che vengono cresciuti con pregiudizi, spesso basati su informazioni scorrette.



- **Gianfranco, una delle cose che adoro più mangiare è il pane con l’olio d’oliva, ma… se ti chiedo una ricetta che mi rispondi ?**

Cinzia, come potrai immaginare ne esistono parecchie che utilizzano i prodotti e gli aromi tipici di Castelvetrano. Te ne racconterò una semplicissima che purtroppo appartiene al periodo primaverile da poco trascorso ma che ti invito a ricordare per l’anno prossimo.

Uova fritte, naturalmente con l’extravergine di Nocellara, con insalata di arance e finocchi.

Si prepara l’insalata unendo le arance (preferibilmente di Ribera) e un finocchio tagliato a julienne. Se poi ci fosse anche qualche fava cruda non sarebbe male. Sempre se si vuol esagerare aggiungere qualche fogliolina di maggiorana fresca.

Olio d’oliva, sale e pepe e… buon appetito!