

FOODSTORY

Olivenöl Extra Vergine. L'oro d'Italia.



Olivenöl aus Italien gibt es in riesiger Auswahl. Jeder Feinschmecker weiß, dass nur Olivenöl „extra vergine“ in die Küche und auf den Tisch kommen sollte. Doch auch in dieser Kategorie gibt es Qualitätsunterschiede, die man kennen sollte. Welches ist nun das beste Olivenöl und wie erkenne ich die Qualitätsunterschiede? Lese hier alles, was du unbedingt über italienisches Olivenöl wissen solltest.

ITALIENISCHE OLIVENSORTEN UND ANBAUREGIONEN

In allen Regionen Italiens wird Olivenöl erzeugt. Den Unterschied jedoch machen die Olivensorten, bei deren Vielfalt Italien weltweit führend ist. Die Sorten werden in eng begrenzten Regionen angebaut. Sie unterscheiden sich im Geschmack und in der Intensität. So wird die Sorte Moraiolo vorrangig in der Toskana, Coratina in Apulien und Tona Iblea in Sizilien angebaut.

DIE OLIVENERNTE UND VERARBEITUNG

Anfang Oktober bis Dezember findet die Olivenernte statt. Die gewünschte Qualität des Olivenöls, die Olivensorte und der sogenannte Farbumschlag bestimmt den genauen Start der Olivenernte. Beim Farbumschlag verfärbt sich die grüne Olivenschale erst violett, später dann schwarz. Sobald annähernd 60% der farblichen Veränderung eingetreten ist, ist der Moment der Ernte gekommen, der letztlich Qualität, Geschmack und die Eigenschaften des Olivenöls bestimmt. Die traditionelle Handlese und die „brucatura“-Methode, indem die Oliven vom Baum geschlagen werden und in Netzen aufgefangen werden, ist die schonenste Erntemethode, bei der die Qualität der Oliven optimal erhalten bleiben. Die Herstellung des wertvollen Olivenöls findet in fünf Phasen statt, in denen die Oliven mit verschiedenen Extraktionsverfahren verarbeitet werden.

WARUM OLIVENÖL „EXTRA VERGINE“ DIE BESTE WAHL IST

Olivenöl mit dem Zusatz „extra vergine“ ist in der Regel Olivenöl aus Italien. In Europa wird für diese Sorte der Begriff "Natives Olivenöl Extra" verwendet, während spanische Olivenöle dieser Kategorie den Zusatz "Virgen Extra" tragen. Italienisches Olivenöl „extra vergine“ ist von bester Qualität: Es wird ausschließlich aus Oliven gewonnen, die durch ein mechanischen

Verfahren kalt gepresst werden und enthält keinerlei Zusatzstoffe. „Extra vergine“ ist nach derzeitigen gültigen europäischen Definition der Güteklassen die höchste Qualitätsstufe von Olivenölen.

WAS BEDEUTET „KALT PRESSEN“?

Bei der Kaltpressung des Öls liegt die Temperatur des Olivenmarks, also die Masse der zerkleinerten Oliven, beim Knetvorgangs nie über 27 °C. Durch die mechanische Kaltpressung ist es möglich, die in den Oliven enthaltenen Mineralien, Vitamine und Antioxidantien, so gut es geht, im neu gewonnenen Olivenöl zu erhalten. Diese verleihen dem Olivenöl seinen einzigartigen Geschmack und enthalten wertvolle Eigenschaften, die für eine ausgewogene Ernährung wichtig sind. Kaltpressung garantiert die höchste Qualität des Olivenöls, aber einen geringeren (quantitativen) Ertrag für den Produzenten. Bei der Verarbeitung durch Kaltpressung, wird eine viel größere Menge Oliven benötigt, um eine Flasche Öl zu erhalten, als bei der Warmpressung. Bei der Warmpressen des Olivenöls werden größere Mengen erzeugt, andererseits aber eine geringere Qualität des Olivenöls.

WAS ZEICHNET OLIVENÖL „EXTRA VERGINE“ AUS?

Olivenöl Extra Vergine natives italienische Olivenöl allerbesten Qualität. Es muss für diese Güteklasse genau definierte Eigenschaften und insbesondere einen niedrigen Säuregehalt aufweisen: Er darf 0,8 % nicht überschreiten. Auch der Geschmack und das Aroma des Olivenöl Extra Vergine ist in dieser Kategorie genau definiert. Daher muss ein extra natives Olivenöl fruchtig, bitter und scharf schmecken. Wenn ein natives Olivenöl extra eines oder mehrere der Kriterien nicht erfüllt, führt dies zu einer schlechteren Bewertung auf einer Skala von 1 bis 10 und zu einer Herabstufung in eine niedrigere Kategorie. Aus diesem Grund ist Olivenöl Extra vergine das beste italienische Olivenöl von höchster Qualität.

DIE HERKUNFT DER OLIVENÖLE

Die Angabe „Olivenöl extra vergine“, die auf dem Etikett zu finden ist, liefert keine konkrete Auskunft über Herkunft oder die Qualität der verarbeiteten Oliven. Extra vergine Olivenöle mit geschützter Ursprungsbezeichnung (DOP) hingegen, bieten die größtmögliche Transparenz, da bei diesen die Anbauregion der Oliven transparent nachzuvollziehen ist.

Entdecke unser großes Olivenöl-Sortiment in unseren Märkten.

Weitere Stories auf waurig.com/stories

