

## Aceite de Oliva Virgen

Es auténtico zumo de aceitunas sanas, completamente natural, sin aditivos ni conservantes, no ha sufrido proceso alguno de refinado. Es sin duda el más natural, puro y de mejor calidad de todos los aceites, se trata de un producto protector y regulador del equilibrio de nuestra salud.

**El ADN:** El aceite de oliva, como los aceites de semilla contiene un 99% de grasa y aporta 9 kilocalorías por gramo. Es más sano freír con aceite de oliva que con otros aceites.

### SU CLASIFICACIÓN

#### A. VÍRGENES

1. Aceite de oliva virgen extra, *acidez no superior a 1°*
2. Aceite de oliva virgen
3. Aceite de oliva virgen fino o común, *acidez superior a 2°*
4. Aceite de oliva lampante, *acidez superior a 3,3°*  
*Con gusto defectuoso*

#### B. NO VÍRGENES

5. Aceite de oliva refinado, *acidez no superior a 0,5°*  
*Obtenido por refinación de aceites de oliva vírgenes, mediante técnicas de refinado (habitualmente se utiliza aceite de oliva virgen lampante)*
6. Aceite de oliva (ex puro), *acidez no superior a 1,5°*  
*Mezcla de aceites de oliva vírgenes distintos del lampante y de oliva refinado. (éste es el producto más consumido en España).*

#### C. DE SUBPRODUCTOS

7. Aceite de orujo crudo  
*Se saca mediante solventes de las tortas de orujo que sobran en los procesos después de la extracción de aceite por método discontinuo o prensa*
8. Aceite de orujo refinado, *acidez no superior a 0,5°*  
*Es el obtenido por refinación del aceite de orujo crudo*
9. Aceite de orujo de oliva, *acidez no superior a 1,5°.*  
*Mezcla de aceite de orujo refinado y de aceite de oliva vírgenes distintos del lampante*

## La investigación científica confirma que el aceite de oliva virgen

- Reduce el nivel de colesterol
- Disminuye el riesgo de infarto
- Reduce las probabilidades de trombosis arteriales
- Disminuye la acidez gástrica
- Ofrece una acción eficaz de protección contra úlceras y gastritis
- Estimula la secreción de la bilis, y es el mejor absorbido por el intestino
- Regula el tránsito intestinal
- Beneficia nuestro crecimiento óseo y permite una excelente mineralización del hueso
- Es el más conveniente para prevenir los efectos deterioradores de la edad sobre las funciones cerebrales y sobre todo el envejecimiento de los tejidos y de los órganos en general

### SE UTILIZA COMO:

- Nutrimento Terapéutico preventivo
- Condimento
- Alimento Energético
- Excelente medio de cocción
- Previene el Cáncer

## ACEITES VARIETALES

Realizando el concepto de varietales en los aceites

El número de variedades de olivo cultivadas en el mundo es muy elevado. En España son más de 250.

Las olivas aceiteras que mejor se dan en Mendoza: Arbequina, Empeltre, Frantoio, Manzanilla, Farga, Leccino, Arauco y Nevadilla.

De una planta grande con varios años se pueden extraer hasta 200 kilos de aceitunas que producen unos 40 litros de aceite.

### ¿Como degustar color y aspecto?

Si bien el color no define la calidad ni determina la cata se puede apreciar si el aceite es limpio, velado, turbio o sucio.

### *Aroma:*

Algunos de los aromas que agradan son: Frutado de aceituna madura o verde, manzana, hierba verde, higuera, hoja verde.

Cuando el aroma es desagradable se siente agrio o avinagrado, avinado, rancio, metálico.

### *Sabor:*

Sabores buenos: afrutado, dulce, almendrado, amargo, fresco. Un aceite es defectuoso cuando es: amargo intenso, picante intenso, hojas secas, avinado, agrio, ácido, rancio.

## ARAUCO

### Origen

Única variedad verdaderamente Argentina. Desarrollada a partir de la erradicación de olivos ordenada por los reyes de España en el siglo XVIII, con el fin de evitar la competencia con la producción Europea.

### Notas de Cata

**Color:** Amarillo con intensos matices verdes.

**Aroma:** Pasto recién cortado.

**Sabor:** Frutado, un amargo característico y picante al final que le confieren un rasgo muy expresivo y salvaje al mismo tiempo.

**Sugerencia:** Para acompañar distintas ensaladas verdes, carnes de caza o rociado sobre quesos fuertes.

## FRANTOIO

### Origen

Variedad originaria de la Toscana (centro de Italia). Fue introducida en la Argentina a principios del siglo XX y tuvo amplia difusión a partir de 1930, con el auge de la olivicultura nacional.

### Notas de Cata

**Color:** Amarillo con reflejos verdes.

**Aroma:** Impregnado de verdor, con notas de hierbas recién cortadas.

**Sabor:** Aceitunas frescas, acompañado de un regusto dulce algo picante.

**Sugerencia:** Como aderezo básico para pan, verduras crudas y también en salsas para pastas.

## MANZANILLA

### Origen

Esta variedad es originaria de Andalucía, España, fue introducida en Argentina aproximadamente en 1940, como polinizadora de la variedad Arauco, ya que tienen la misma fecha de floración.

### Notas de Cata

**Color:** Amarillo con leve tonalidad verdosa.

**Aroma:** Herbácea, con notas frutadas.

**Sabor:** Frutado, que recuerda la cáscara de manzanas, tiene un agradable amargo, con final ligeramente picante y fresco.

**Sugerencia:** Rociado sobre una trucha u otro pescado a la parrilla, con sopas bien sazonadas y verduras grilladas.

## RECETITAS

**Oliva agridulce:** Mezcle 2 cucharadas de miel, 1 de pprika, 1 de pimienta negra, 3 de aceite de oliva y 2 de aceto balsmico.

**Oliva a la albahaca.** Coloque en la licuadora 1 taza de aceite de oliva con un manojo de hojas de albahaca. Licue hasta ligar, salpimiento y sirva acompanando una ensalada de tomates secos y boconcinos.