

La qualità *premia* gli oli di Basilicata

EUSTACHIO TORTORELLI - GIOVANNI LACERTOSA*

L'olio di oliva è costituito da due parti, una predominante, formata da 98-99% di grassi, ovvero da una miscela di **trigliceridi**, e la rimanente parte, detta "insaponificabile", costituita soprattutto da **steroli** e da composti minori polari. I trigliceridi, esteri formati dalla glicerina e da acidi grassi a lunga catena, hanno estrema importanza nutrizionale in quanto in gran parte **monoinsaturi** e con **bassissima percentuale di polinsaturi**. Questi ultimi, poi, sono rappresentati da acidi grassi essenziali nei giusti rapporti richiesti dal nostro organismo. I **composti minori polari**, pur rappresentando una frazione esigua del totale, sono formati da sostanze di estrema importanza per ciò che riguarda la struttura antiossidante dell'olio: fenoli e tocoferoli (fra cui la **vitamina E**). Naturalmente il valore biologico e gli effetti salutari sono evidenti negli oli di qualità che non presentano difetti organolettici e che abbiano parametri chimici ottimali.

Ma come si valuta la qualità di un olio d'oliva? Oltre all'**analisi sensoriale** (*panel test*), la qualità di un olio è dettata da diversi parametri chimici, dei quali due molto importanti sono l'**acidità** e il **numero di perossidi**.

Olive integre ed olio di qualità

Per ottenere un olio di qualità, con elevato valore biologico, occorre che le olive siano **integre** e **sane**, quindi con ridottissimi livelli di attacchi di **mosca**. È importante inoltre che la raccolta avvenga evitando di danneggiare le **drupe** che, non essendo dei semi, devono essere manipolate con accortezza come per la raccolta di qualsiasi altro frutto. Naturalmente altri importanti fattori sono l'**epoca di raccolta**, le modalità ed i tempi di **stoccaggio**, le **tecniche di coltivazione** e di **estrazione dell'olio**.

L'acidità è un parametro chimico, di rapida e semplice esecuzione, che è indice della sanità ed integrità delle drupe da cui è stato ottenuto l'olio. Infatti misura la parte degli acidi grassi che si trovano allo stato libero nell'olio, valutandone la qualità e consentendo la sua classificazione commerciale.

L'olio racchiuso nelle sacche oleifere della drupa può degradarsi solo se i frutti hanno subito **lesioni cellulari**, entrando in contatto con l'enzima della **lipasi**, che si trova anch'esso nell'oliva. La lipasi, in presenza di acqua, idrolizza il legame esistente tra l'acido grasso e la glicerina, producendo un aumento degli acidi grassi liberi e quindi dell'acidità dell'olio.

Per ostacolare l'azione della lipasi è necessario che le olive siano integre, senza lesioni superficiali o cellulari e che siano conservate in ambiente fresco ed arieggiato. Tali condizioni si realizzano al meglio disponendo le olive in **cassette forate**, evitando assolutamente lo stoccaggio in **sacchi**, poiché si determinerebbe lo schiacciamento e la fuoriuscita di liquidi, come conseguenza della rottura di numerose cellule. Nella conservazione di un olio l'acidità non aumenta sensibilmente, poiché non sono presenti enzimi lipolitici, quali la lipasi, allontanati con le acque di vegetazione.



Come non si conserva l'olio d'oliva

L'altro parametro importante per definire la qualità di un olio è il numero di **perossidi**: questo misura lo stato di ossidazione degli acidi grassi insaturi che, a contatto con l'ossigeno e per azione delle **lipossigenasi**, enzimi presenti nella fase acquosa della polpa delle olive, si trasformano in **idroperossidi**. Il numero di perossidi può aumentare in due distinte fasi: la prima quando l'olio, ancora racchiuso nella drupa, entra in contatto con le lipossigenasi, la seconda quando l'olio, estratto meccanicamente,

L'olio d'oliva riveste una notevole importanza dal punto di vista salutistico-nutrizionale.

Diversi studi hanno dimostrato che in popolazioni a prevalente dieta mediterranea l'infarto del miocardio è significativamente inferiore rispetto a popolazioni a prevalente dieta continentale. Inoltre l'olio extravergine d'oliva ha effetti positivi nel metabolismo del colesterolo e sulla funzionalità dello stomaco, favorita dall'elevato contenuto di acido oleico. Il rapporto tra gli acidi grassi essenziali dell'olio d'oliva è molto prossimo a quello del latte materno, pertanto è consigliato nella dieta dei bambini.

Infine, grazie al suo potere antiossidante, presenta effetti sulla prevenzione dell'aterosclerosi e benefici sull'invecchiamento delle cellule.

Ottimi risultati dalle analisi eseguite durante le sei edizioni del concorso regionale "Olivarum", promosso da Alsia e Regione. Migliorano le tecniche di produzione e la cultura del mangiare sano.

AGRinnova

Ricerca e innovazioni
in agricoltura



VALORI MEDI DI ACIDITÀ E PEROSSIDI RELATIVI AL CONCORSO "OLIVARUM" NEL PERIODO 1999-2005

Edizioni	Oli	Acidità (g/100g olio)	PeroSSidi (meq O ₂ /Kg olio)
Prima	25	0,23	8,0
Seconda	24	0,42	8,4
Terza	38	0,34	8,5
Quarta	25	0,5	12,9
Quinta	42	0,22	8,5
Sesta	36	0,44	11,1

Fonte: Metapontum Agrobios

Gli oli della Basilicata

Dalle analisi eseguite presso **Metapontum Agrobios** nel periodo 1999-2005, risulta che gli oli della **Basilicata** sono mediamente di ottima qualità, risultando i parametri di acidità e perossidi al di sotto dei valori limite previsti per legge. Tuttavia vengono ancora prodotti, se pure in percentuali limitate, oli con caratteristiche organolettiche scadenti e lievi difetti, che in alcuni casi superano anche i limiti, stabiliti per legge, delle analisi di acidità e perossidi (rispettivamente pari a 0,8 % e 20 milliequivalenti per chilogrammo). Nell'ambito dei progetti di miglioramento della qualità degli oli lucani, la **Regione Basilicata** e l'**Alsia** indicano ogni anno un concorso ("**Olivarum**") per premiare i migliori oli regionali, diffondendo tra i produttori le tecniche ottimali di produzione e tra i consumatori la cultura del mangiar sano.

L'interesse suscitato nei produttori dal concorso è evidenziato dall'aumento dei partecipanti nelle sei edizioni della rassegna. Nella tabella successiva si riportano i valori medi di acidità e perossidi relativi al concorso "Olivarum": la quarta e la sesta edizione presentano i valori più alti di acidità e perossidi, indicando una probabile relazione tra parametri qualitativi ed annualità, intesa questa come caratteristiche termo-pluviometriche e danni da agenti fitopatogeni. Infine, considerando i più restrittivi limiti imposti dalle **Denominazioni di Origine Protetta** di recente formulazione (0,6 e 11 rispettivamente per acidità e perossidi), solo il 74% dei campioni partecipanti alla Rassegna "Olivarum" potrebbero fregiarsi della Denominazione di Origine, indicando che ulteriori miglioramenti possono essere ancora realizzati. ●

camente, viene conservato in modo non appropriato favorendone l'ossidazione. Pertanto questo parametro è un indice dello stato sanitario e di degrado delle olive nella ossidazione "primaria" e della cattiva conservazione dell'olio prodotto in quella "secondaria".

Il contatto tra olio ed enzimi è favorito da lesioni cellulari, dovute a traumi e maltrattamenti delle olive. L'attività ossidante di questi enzimi consiste nell'inserimento dell'**ossigeno** sugli atomi di **carbonio** adiacenti a quelli che hanno il doppio legame, formando quindi gli idroperossidi. Successivamente, durante la conservazione, l'olio d'oliva, come tutti i grassi vegetali, è soggetto ad **ossidazione chimica**, favorita dalla luce, dal calore e soprattutto dall'ossigeno atmosferico, oltre che da metalli pesanti (**ferro, rame, nickel, manganese**) che agiscono da catalizzatori. In questa fase possono formarsi **aldeidi** e **chetoni**, responsabili del difetto di **rancido**.

Pertanto, per ridurre il pericolo di ossidazione, è opportuno innanzitutto raccogliere olive sane e lavorarle nel più breve tempo possibile; in secondo luogo conservare l'olio lontano dalla luce, alla temperatura controllata di 12-15 gradi centigradi e, soprattutto, in assenza di aria avendo l'accortezza di conservare l'olio in recipienti sempre pieni.

Quindi, come per il vino, all'apertura di un recipiente, occorre travasare l'olio in contenitori di capacità inferiore in modo da limitare il contatto con l'aria.

e.tortorelli@tiscali.it
glacertosa@agrobios.it

(*) Metapontum Agrobios