



DALL'OLIVA ALL'OLIO

Classe V A.S. 2024/2025

INDICE

- Descrizione , diffusione e cenni botanici
- La storia dell' olivo
- L'olivo nella cristianità
- L'oliva
- Raccolta delle olive: periodo e modalità
- Arrivo delle olive al frantoio
- Fasi di lavorazione (selezione, defogliazione, lavaggio, frangitura, gramolatura, estrazione e conservazione)
- Il frantoio: tradizionale e moderno
- Che cos'è l'olio d'oliva e le sue proprietà
- Come utilizzare l'olio, impieghi e rimedi
- Ricette
- Il legno d'olivo
- l'olivo nella mitologia
- L'Olivo nella letteratura
- Poesie e proverbi
- Curiosità

Descrizione, diffusione e cenni botanici

DESCRIZIONE

L'olivo è un arbusto sempreverde e può raggiungere 10m di altezza. E' molto longevo e ha una crescita lenta. Può crescere spontaneamente e formare delle macchie di vegetazione.

E' sensibile alle basse temperature, alle zone d'ombra, al forte vento, all'eccessiva piovosità e all'elevata umidità nell'aria.

Necessita di terreni ben drenati anche poco profondi e superficialmente rocciosi.

Resiste alla siccità e alla salinità di certe zone.

Dell'olivo si possono distinguere: radici, tronco, rami.

DIFFUSIONE

E' un albero da frutto originario dell'Asia Minore e in particolare della Siria e del Libano. Poiché in questa regione, l'olivo selvatico spontaneo era molto diffuso fin dall'antichità, i fenici cominciarono a coltivarlo e a diffonderlo avendone scoperto le sue grandi proprietà.

E' molto diffuso in tutta la zona del Mediterraneo e in Italia trova le sue zone di predilezione in Toscana, in Umbria, in alcuni posti del nord del paese come intorno ai laghi, nel sud e in Sardegna.

CENNI BOTANICI

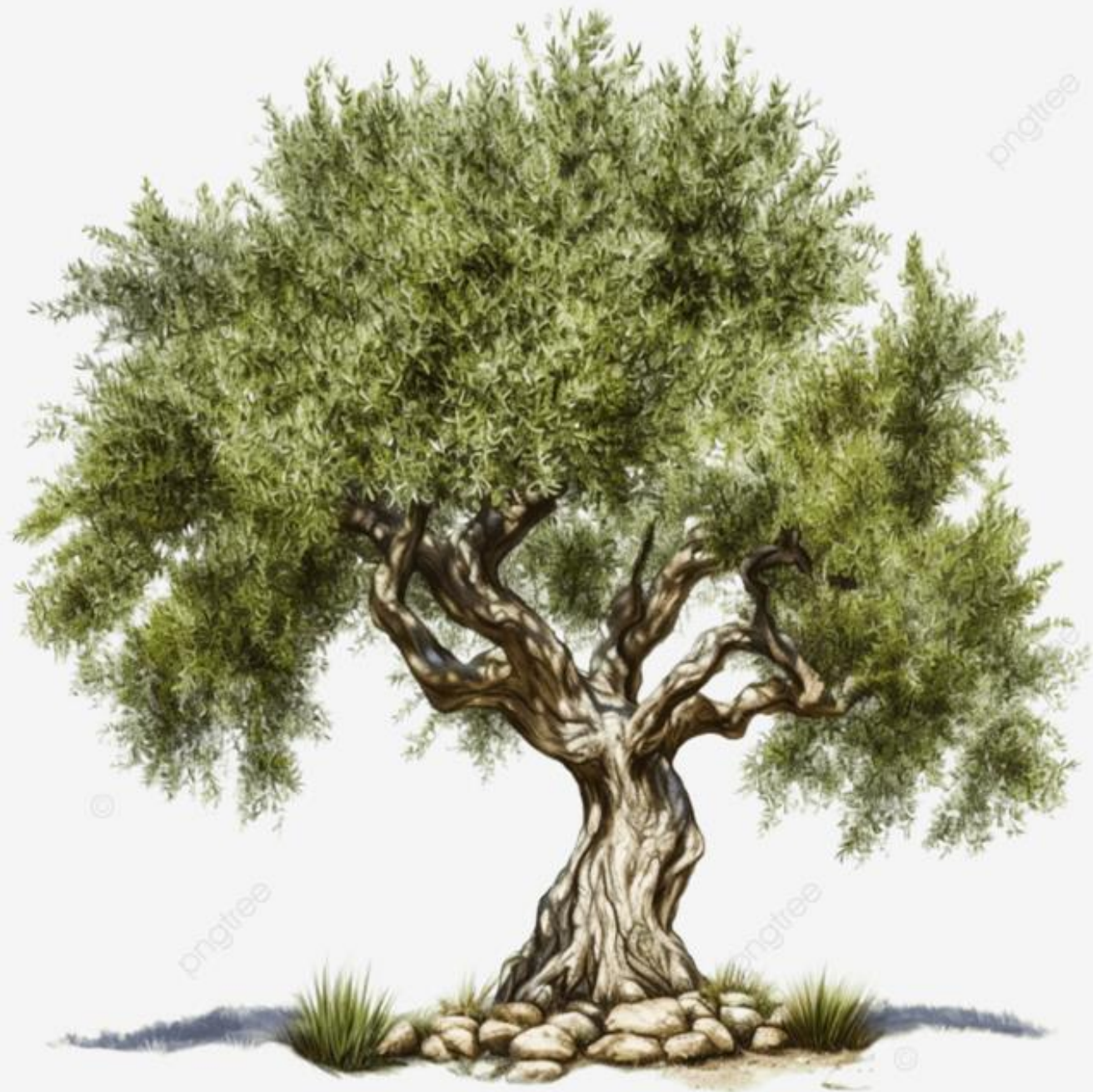
RADICI: Sono superficiali, non si spingono oltre il metro di profondità. Sono espanse e talvolta nodose.

FUSTO: E' cilindrico e contorto, con corteccia di colore grigio o grigio scuro e legno duro e pesante. Alla base si possono formare strutture globose dette ovoli da cui ogni anno si sviluppano polloni cioè rami.

CHIOMA: ha una forma conica con rami penduli disposti orizzontalmente rispetto al fusto. I rami si possono distinguere in basali (che partono dalla base) e apicali (che formano la chioma e portano fiori e frutti).

FOGLIE: sono opposte tra di loro, di forma lanceolata, coriacee, con un picciolo corto che le unisce al ramo. I bordi sono interi e lisci, la pagina superiore è verde scura mentre quella inferiore è di colore bianco-argenteo per la presenza di peluria.

FIORI: sono riuniti in grappoli di 10/15 fiori vicino alle foglie di giovani rami, sono chiamati mignole. Sono imbutiformi, di colore bianco e con 4 lobi ovali.



L'oliva

L'oliva è una drupa globosa di forma ovale a volte asimmetrica . E' formata da una parte carnosa (polpa)che contiene l'olio e dal nocciolo legnoso e rugoso.



La storia dell'olivo e dell'olio

L'olivo è una pianta centrale nella storia delle civiltà che si affacciano sul bacino del Mediterraneo e di tutto l'occidente. Nel IV millennio a.c. ebbe inizio la storia dell'olivo domestico che legava la diffusione di questo albero allo sviluppo delle grandi civiltà del Mediterraneo e del Medio Oriente.

Quasi 6000 anni fa, durante l'età del rame gli agricoltori delle regioni litoranee del Mediterraneo (Siria, Palestina, Libano, Creta) iniziarono a selezionare le varietà di queste piante e scoprirono che era possibile ricavarne dai frutti un liquido denso e untuoso, benefico, commestibile e facilmente infiammabile.

Gli antichi Greci credevano che l'olivo fosse un dono della dea Atena e l'olio era considerato un dono prezioso segno della benevolenza degli dei. La regione dell'attica e le pianure intorno ad Atene erano ricche di uliveti e l'olio che se ne ricava era considerato il più pregiato. I Greci diffusero la coltivazione dell'olivo anche nelle colonie della Magna Grecia nel sud d'Italia anche se forse qui era già presente dal Paleolitico. L'olio veniva commercializzato e venduto in tutto il Mediterraneo e la sua vendita era tra le più importanti insieme a quella dei cereali.

In epoca moderna nel commercio dell'olio viene coinvolto anche il nuovo mondo e la diffusione della pianta si spinge oltre i confini del Mediterraneo. Oggi possiamo trovare l'olivo in tutti i continenti e la produzione di olio è in costante crescita dal 1900.

A partire dall'avvento del cristianesimo e per tutto il Medioevo la destinazione principale dell'olio d'oliva non fu alimentare ma liturgica. L'olio veniva benedetto e utilizzato per impartire sacramenti e per alimentare le lampade nelle chiese. Erano gli ordini religiosi a possedere la maggior parte degli uliveti ancora coltivati dopo la caduta dell'impero romano e le invasioni barbariche. L'olio divenne raro e prezioso tanto da essere considerato denaro contante.

Durante il dominio di Roma il commercio e il consumo dell'olio conobbero il maggior sviluppo. Nel frattempo si erano perfezionate le tecniche di coltivazione e di produzione. Anche gli etruschi apprezzavano le qualità di questa pianta e già dal VII secolo possedevano vastissime piantagioni. Anche per loro era una pianta sacra e rappresentava l'onore e la vittoria. L'olio era impiegato nell'alimentazione e come combustibile per le lampade.

L'olivo nella cristianità

L'olio di olivo è consacrato per essere usato in alcuni sacramenti fin dall'antichità. Esso fu usato nei sacrifici, nella consacrazione dei sacerdoti e nella nomina dei re. Quando un bambino nasceva era unto con l'olio santo e in punto di morte ancora oggi l'uomo riceve l'estrema unzione. Anche durante il sacramento della cresima viene usato l'olio santo.

L'olio ricavato dalle olive rappresenta il Crisma e il nome Cristo significa Unto.

Nell'antico testamento la colomba mandata da Noè ritorna all'arca, dopo il diluvio, con un rametto di olivo nel becco per annunciare la fine della pioggia.

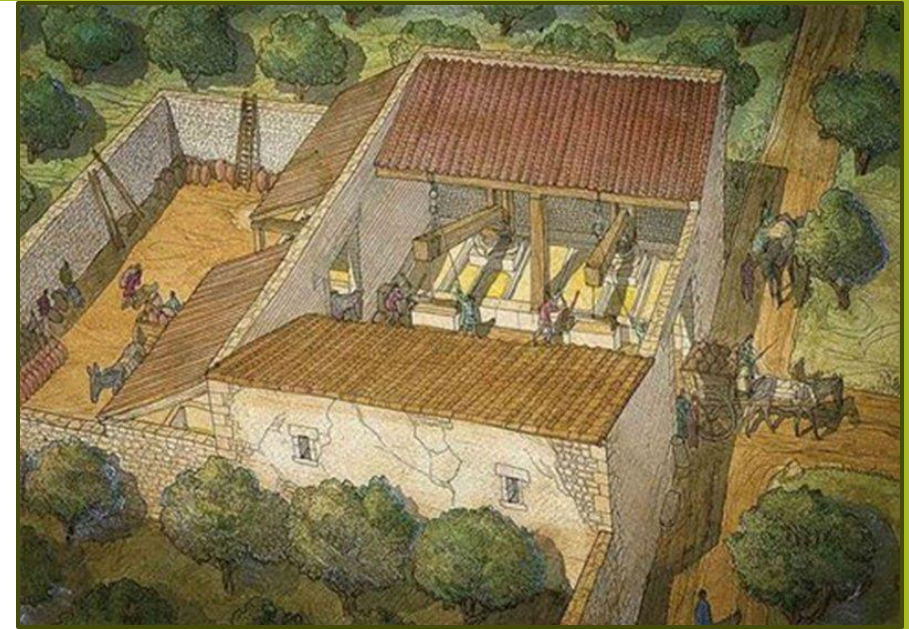
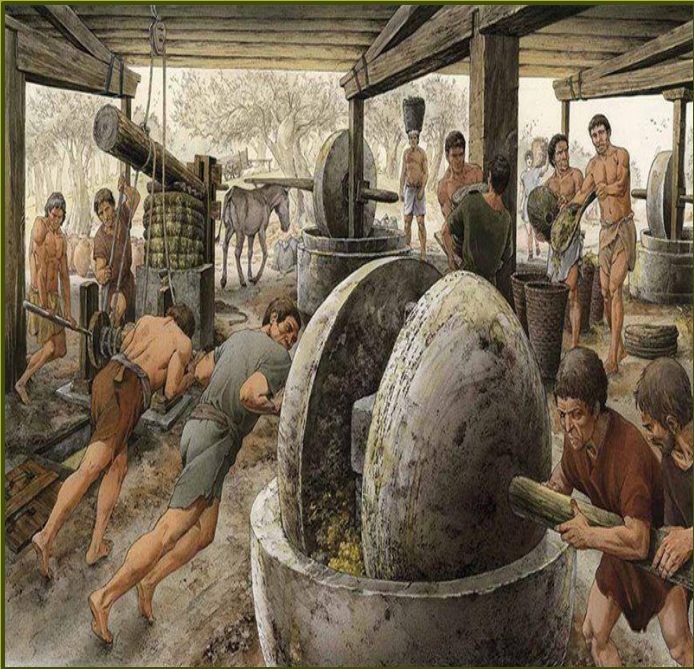
La domenica delle palme, Gesù entrò a Gerusalemme acclamato dalla folla che sventolava rami di olivo e di palme.

Lo stesso Gesù pregò nell'orto degli ulivi, prima della sua passione, scenario silenzioso delle sue sofferenze.

Ancora oggi, durante la messa delle Palme, è usanza benedire ramoscelli di olivo da portare nelle case in segno di pace.

L'olivo nella religione cristiana è simbolo di rigenerazione e di riconciliazione cioè di pace.





Antiche leggende

- Si narra che Atena nell'intento di benedire gli uomini , piantò la sua lancia nel suolo e qui crebbe il primo ramoscello di olivo .
- Un'altra narra di Ercole che raccolse ai confini del mondo un olivo e quel luogo nacque un bosco sacro a Zeus dalle cui fronde venivano intrecciate le corone per i vincitori dei giochi olimpici .
- Omero cita l'olivo diverse volte nell'Iliade e nell'Odissea . I ciclopi avevano bastoni e clave di legno d'ulivo e Ulisse ricavò dal tronco di un grosso ulivo il palo che conficcò nell'occhio di Polifemo.
- Un altro aneddoto riguarda la colomba che per annunciare la fine del diluvio a Noè, portò un ramoscello di olivo.
- Nell'Eneide, Enea incorona i vincitori dei giochi svolti per ricordare il padre Anchise, con corone d'ulivo.



La raccolta delle olive

La raccolta delle olive viene effettuata da settembre a novembre quando i frutti non sono ancora completamente maturi. Le modalità di raccolta e i tempi sono fattori che determinano la quantità e la qualità della produzione.

Le modalità di raccolta sono determinate dal tipo di uliveto

La raccolta può avvenire in diversi modi

Oliveti tradizionali

Poche piante e sparse in modo irregolare spesso di età avanzata e varietà autoctone, coltivate su terrazzamenti

Oliveti intensivi

Hanno maggiore densità, sono piantati in modo regolare e le varietà sono scelte e selezionate

Oliveti superintensivi

Hanno una densità altissima; le piante sono disposte in file quasi a formare una siepe. La raccolta è completamente meccanizzata.

A mano

Brucatura

Agevolata

Abbacchiatori
Sferzatori
Ganci scuotitori

Meccanizzata

Vibro scuotitori
Macchine scavallatrici
Bacchiatori meccanici

L'arrivo delle olive al frantoio

Cernita e pesatura

Le olive vengono selezionate, togliendo quelle rovinate o non adatte. Poi vengono pesate e lavate in vasche di acqua costantemente ricambiata e fresca e poi vengono fatte asciugare lasciandole sgocciolare

defoliazione

Le olive vengono private delle foglie e dei rametti e vengono lavate.

Frangitura o molitura

Le olive lavate vengono lasciate cadere nei frangitoi trasportate su appositi nastri elevatori. In antichità la molitura consisteva in una macina in pietra che ruotava grazie al lavoro di un asino o di un cavallo. Oggi le macine sono meccaniche. L'olio viene estratto non perché le olive vengono schiacciate dalle macchine ma perché i pezzettini di nocciolo rotto sfregano la polpa dell'oliva riducendola in pasta e facendo colare l'olio

oramolatura

Nella fase di gramolatura avviene la separazione tra le molecole dell'acqua e quelle dell'olio che compongono la pasta di olive ottenuta dalla molitura. Questo è reso possibile dal continuo rimescolamento della pasta di olive da speciali pale che ruotano lentamente

estrazione

- E' la fase in cui si procede alla separazione dell'olio dalle altre componenti come la sansa, dall'acqua di vegetazione e dal mosto oleoso. Esistono diversi metodi di estrazione:
1. **Estrazione a pressione:** la pasta di olio viene schiacciata e il mosto d'olio si separa dalla parte solida.
 2. **Estrazione per centrifugazione:** la pasta d'olio (sansa) viene centrifugata in un tamburo conico rotante e il movimento fa separare l'olio dalla sansa.
 3. Dopo l'estrazione l'olio viene filtrato per eliminare in purezza

conservazione

Dopo essere stato filtrato l'olio è pronto per essere imbottigliato e viene conservato in contenitori di acciaio a contatto con l'azoto che ne preserva le qualità organolettiche

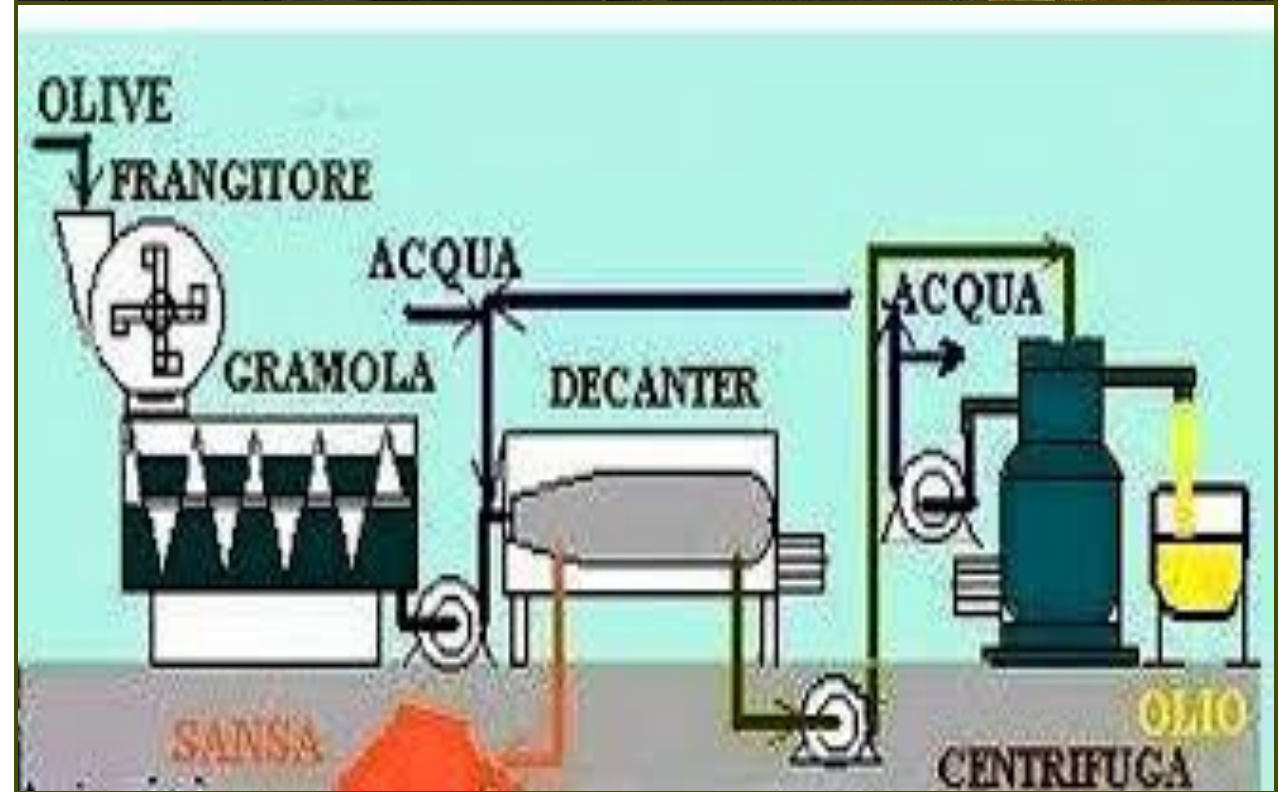
Il frantoio

Il frantoio moderno a ciclo continuo

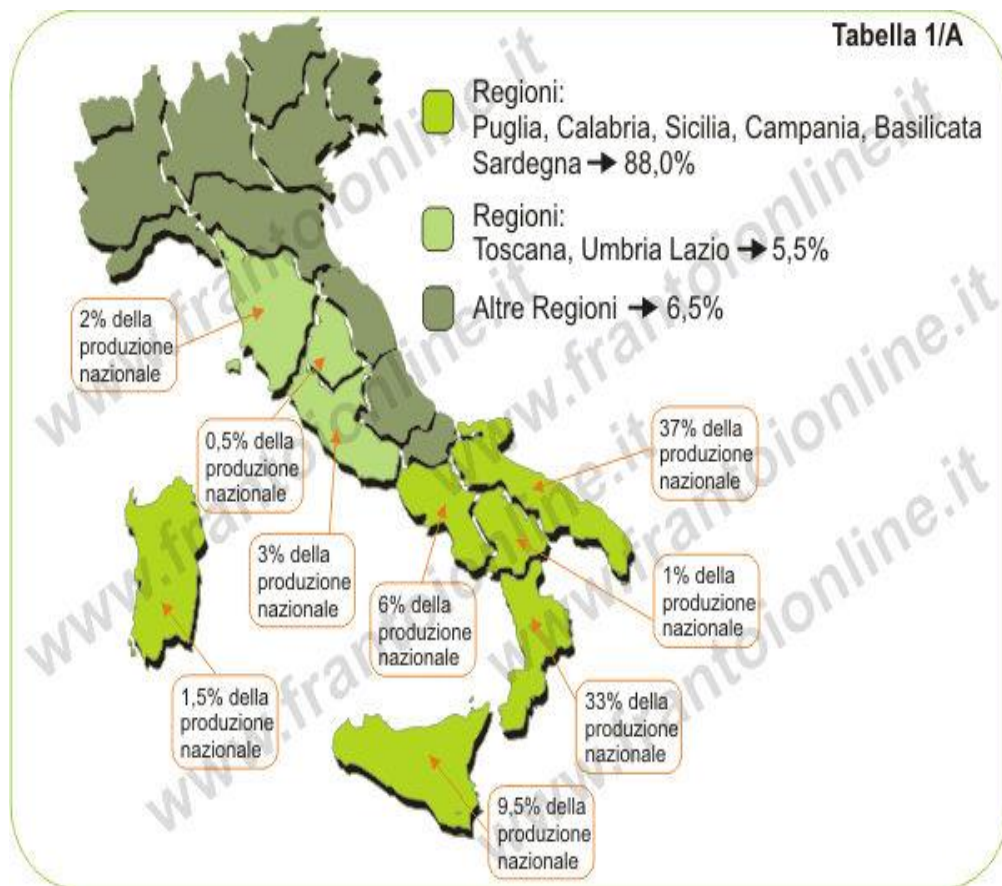
Il frantoio moderno oggi ci permette di ottenere una più alta qualità dell'olio di oliva grazie alla tecnologia e all'innovazione. Il frantoio moderno permette di ridurre la mano d'opera, è usato nella produzione industriale e può lavorare grosse quantità di olive. Le olive giunte al frantoio vengono stoccate in magazzino, pesate, defogliate e lavate poi vengono inviate al **frangitore** che tramite dei coltelli spezzetta finemente le olive (in questa fase si possono usare anche macine di granito) e ricava una pasta che va alla **gramolatrice**. Qui la pasta viene rimescolata per separare l'emulsione di acqua e olio e favorire l'aggregazione delle goccioline di olio. In questa fase viene utilizzato un decanter. L'olio e l'acqua infine vengono condotti ad una **centrifuga** che separa definitivamente le due sostanze e la parte solida.

Il frantoio tradizionale

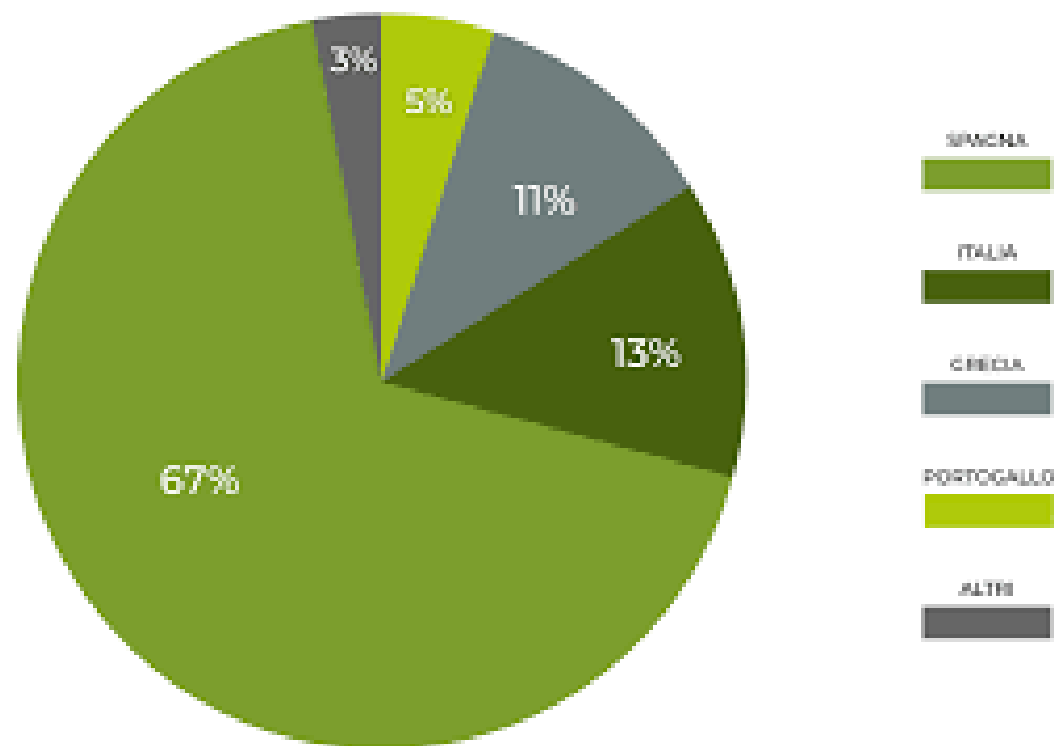
La principale differenza è che nel frantoio tradizionale viene impiegata mano d'opera e alcune volte il lavoro degli animali. Le macine in pietra (**molazze**) venivano fatte girare da muli o mucche per la preparazione della pasta delle olive. Questo composto poi viene depositato su **dischi** fatti di corda vegetale, disposti uno sull'altro e pressati con un **torchio**, impiegando la forza umana. Dopo una prima pressione i dischi venivano invertiti e bagnati con acqua calda per fare uscire ancora più liquido. Il composto formato ancora da acqua e olio mescolati veniva raccolto e lasciato depositare e riposare in **vasche in muratura** in modo che l'olio potesse separarsi definitivamente dall'acqua. Infine con l'aiuto di una **tazza o nappa**, un operaio esperto, chiamato frantoiano, raccoglieva l'olio senza toccare l'acqua.



Produzione dell'olio d'oliva in Italia



Produzione dell'olio d'oliva in Europa



L'olio di oliva

L'olio di oliva è una sostanza che si ricava dal frutto dell'oliva e che ha molteplici proprietà lo ritroviamo nella preparazione di moltissime ricette in cucina , è usato come rimedio a diverse malattie e nella cura del corpo , impiegato in diversi lavori, è fonte di energia e vitamine. Fin dall' antichità è stato usato dall'uomo in molti ambiti della vita quotidiana.



Proprietà dell'olio di oliva

L'olio di oliva è un grasso che si ottiene dal frutto della pianta dell'OLEA EUROPEAE . E' reperibile tutto l'anno .

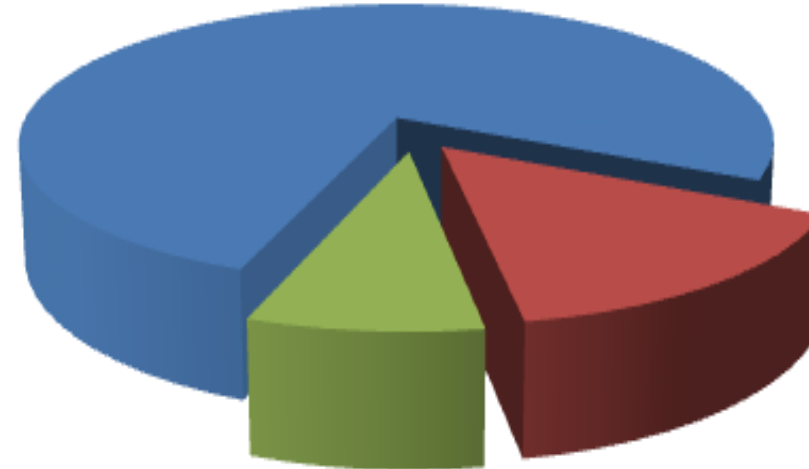
Proprietà nutrizionali per 100 g di prodotto :

- ❖ 900 calorie sottoforma di lipidi
- ❖ 16 g di grassi saturi
- ❖ 73 g di acido oleico
- ❖ 7,85 g di acido linoleico
- ❖ 0,99 g di acido alfa linolenico
- ❖ 22 mg vitamina E
- ❖ Vitamina A
- ❖ Sodio
- ❖ Potassio
- ❖ Selenio
- ❖ Rame
- ❖ zinco

Frazione saponificabile 98-99%

Trigliceridi

Acidi grassi monoinsaturi
oleico 55,4-83%



Acidi grassi saturi:
palmitico 5,7-8%, stearico 0,5-4%, altri

Acidi grassi polinsaturi:
linoleico 3,5-20%, linolenico 0,1-0,85%

Proprietà naturali e impieghi dell'olio d'oliva

- Ipotensivo
- Contro la glicemia alta
- Emoliente e idratante
- o la pressione alta
- Contro il colesterolo alto
- Per capelli secchi e sfibrati
- Contro i rossori della pelle
- Contro i reumatismi e le distorsioni
- Struccante
- Esfoliante
- Per rinforzare unghie e capelli
- Per idratare la pelle
- Per lucidare mobili e acciaio
- Per eliminare la cera
- Per eliminare la ruggine
- Per eliminare cigolii
- Per alleviare il mal d'orecchie

L'olio d'oliva in cucina

Fin dall' antichità l'olio d'oliva ha trovato largo spazio anche in cucina. E' un alimento base dell'alimentazione di molti popoli soprattutto di quelli del Mediterraneo. Le ricette sono infinite.

Utilizzo dell'olio in cucina

- Per condire
- Per friggere
- Cotture in forno
- Per preparare dolci
- Per ammorbidire o rendere fragranti impasti



Ricette

- Spaghetti aglio olio e peperoncino

- Ingredienti:

- 300g spaghetti
- 3 spicchi di aglio medio gra
- Peperoncino a piacere
- 7 cucchiaini di olio d'oliva
- Sale q.b



- Mettere a cuocere gli spaghetti in acqua bollente salata. Nel frattempo in una padella versare i 7 cucchiaini di olio, aggiungere gli spicchi di aglio finemente sminuzzati e il peperoncino a piacere. Far soffriggere fino a quando l'aglio diventa biondo. Scolare gli spaghetti bene al dente e saltarli nell'intingolo a fiamma viva per 1 minuto.

- Pasta frolla all'olio d'oliva

- Ingredienti:

- 290g farina 00
- 80g zucchero
- 2 uova medie
- 80g olio d'oliva
- 5g lievito in polvere
- Un pizzico di sale



- Mescolare in una ciotola lo zucchero, le uova, l'olio e un pizzico di sale, aggiungere piano piano la farina mescolata con il lievito. lavorare velocemente e mettere a riposare avvolto in una pellicola per 30 minuti.
- Adatta per biscotti e crostate

Gelato all'olio d'oliva

- 800ml latte
- 200ml panna fresca da montare
- 200g zucchero
- 200g olio extravergine di oliva
- 10g sale
- Scaglie di parmigiano
- Riscaldare il latte senza portarlo ad ebollizione. Unire il sale e lo zucchero e farli sciogliere completamente. Far raffreddare il composto, unire la panna e l'olio d'oliva poco a poco. Inserire tutto nella gelatiera per mantecare. Servire il gelato con scaglie di parmigiano.



L'olivo nella letteratura e nella poesia

- Per molti scrittori antichi e moderni l'olivo è stato fonte di ispirazione , simbolo di forza, di fede , di pace e di longevità.
- Già per i greci era una pianta sacra e chi la danneggiava o la sradicava era punito con l'esilio. Il grande Omero nel IX secolo a.c. ne parla con grande rispetto nel suo poema l'Odissea e racconta che il letto nuziale di Ulisse e Penelope era scolpito in un tronco di ulivo ancora vivo .
- Secondo il mito greco l'olivo fu creato dalla dea Atena che fece germogliare sull'Acropoli una pianta di olivo e vinse la gara contro Poseidone, il dio del mare, per il dominio sull'Attica . Zeus preferì l'olivo .
- Anche molti autori latini hanno dato spazio alla pianta dell'olivo nelle loro opere , da Ovidio nelle metamorfosi , a Virgilio nelle Georgiche (.....Fin qui ho trattato lavori dei campi e delle stelle del cielo; e insieme a te le piante silvestri e la prole dell'olivo tardo nel crescere....), a Cicerone nel De Repubblica (... I più giusti fra gli uomini di piantare l'olivo e la vite dare maggiore pregio ai nostri uliveti ed alle nostre vigne ciò che dimostra la differenza fra equità e sapienza....), fino a Orazio negli Epodi (..... E germoglia il ramo dell'olivo, che mai inganna....). Anche Tucidide parla dell'olivo con queste parole: « I popoli del Mediterraneo cominciarono ad uscire dalle barbarie quando impararono a coltivare l'olivo e la vite.»

L'olivo compare anche nella produzione di poeti e letterati più moderni

- Giovanni Pascoli , La canzone dell'olivo
- Giuseppe Ungaretti, L'isola
- Gabriele D'Annunzio, L'olio
- Federico Garcia Lorca, L'olivo
- Eugenio Montale
- Pablo Neruda, Ode all'olio
- Luigi Pirandello , A un olivo

Curiosità

- Il più antico olivo del mondo, chiamato ulivo del Platone, filosofo vissuto nel III secolo a.c., si troverebbe in Grecia presso Atene avrebbe 2500 anni. La leggenda narra che facesse parte dei 12 olivi piantati intorno all' accademia Platonica.
- L' oliveto più antico del mondo è quello di Gerusalemme, il famoso orto dove Gesù si raccolse in preghiera prima della sua morte.
- In Italia si trovano 180 milioni di alberi di olivo dei quali 50 milioni sono coltivati in Puglia grazie all' opera di Carlo di Borbone che nel XVIII secolo promise una riduzione delle tasse ai proprietari che avessero piantato nei loro campi alberi di olivo.
- L'olivo è un legno pesante adatto per intarsi, pavimenti ed oggetti di arredamento.



Proverbi

Olio, aceto, pepe e sale fan saporito anche uno stivale

Ungi e frega e ogni male si dilegua .

Mercante del vino, mercante poverino. Mercante d'olio, mercante d'oro

Olio, ferro e sale, mercanzia reale

Olio di lucerna ogni mal governa.

Per l'Assunta l'oliva è unta.

Piove d'Agosto, piove olio, miele e mosto.

L'ulivo benedetto vuol trovare pulito e netto .

La prima oliva è oro, la seconda è argento, la terza non vale niente.

Per Santa Lucia lascia la ghianda e prendi l'ulia.

L'olio e la verità tornano sempre a galla .



Modi di dire

Essere come l'olio per il lume (essere utili)

Liscio come l'olio (senza problemi)

Espandersi a macchia d'olio (diffondersi velocemente)

Olio di gomito (faticare)

Gettare olio sul fuoco (peggiorare o riaccendere una questione)

