

1

El gust dels Aliments de les Illes Balears

L'Oli de Mallorca

UNITAT
DIDÀCTICA



El gust dels Aliments de les Illes Balears

L'Oli de Mallorca

Índex

Història de l'Oli de Mallorca	3
L'Olivera i les varietats d'oliva. Història de l'Oli de Mallorca	4
Tipus d'oli d'oliva	5
Procés d'elaboració tradicional	6
Procés d'elaboració a l'actualitat	7 i 8
La denominació d'origen Oli de Mallorca	9
L'Oli de Mallorca: nutrició i salut	10
Consells	11
Full de tast	12
L'Oli de Mallorca i la gastronomia	13
Passatemps	14
Per treballar després	15
Activitats en grup	16
Notes de l'alumnat	17 i 18

Història de l'Oli de Mallorca

Els olivars a l'entorn de la mar Mediterrània han format des de temps ancestrals part del nostre paisatge. I des de fa milers d'anys s'ha aprofitat tant la fusta com el fruit de l'olivera.

L'oliva guarda un tresor natural, l'oli, un líquid daurat que es pot consumir directament, sense menester cap transformació posterior. És lògic que els nostres avantpassats no triguessin a conèixer l'oli d'oliva i gaudir-ne, i amb el temps es convertí en un eix important del comerç i l'intercanvi, com ho demostren algunes àmfores trobades amb restes d'oli.

Sembla que varen ser els fenicis i els grecs els que introduïren el cultiu de l'olivera a les Illes Balears. En el temps dels romans predominava l'anomenada trilogia mediterrània: els cereals, la vinya i l'olivera. En aquell temps ja es produïen grans quantitats d'oli, però no va ser fins al segle XVI que es va incrementar notablement el volum d'oli produït a Mallorca.



Durant molt de temps la producció d'oli va ser la principal riquesa de les finques de la Serra de Tramuntana, moltes de les quals tenien la seva pròpia tafona, i en termes econòmics, va ser el producte més exportat fins a mitjan segle XIX. Encara que en els anys següents les exportacions minvaven, l'oli continuà sent un pilar econòmic d'aquestes finques durant un segle més, fins l'arribada del turisme, que desplaçà la mà d'obra del camp a les àrees turístiques i va encarir molt l'elaboració de l'oli.

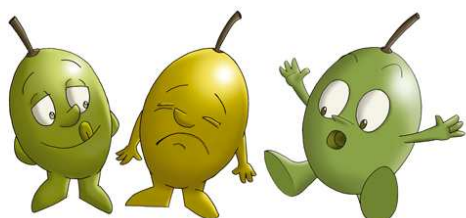


L'olivera i les varietats d'oliva

L'olivera és un arbre típicament mediterrani, molt ben adaptat a la singularitat del nostre clima, a tot Mallorca.

Té les fulles de color verd apagat als dors i gairebé blanques al revers, el tronc és de color grisenc i amb els anys, la seva forma és tortuosa i recargolada.

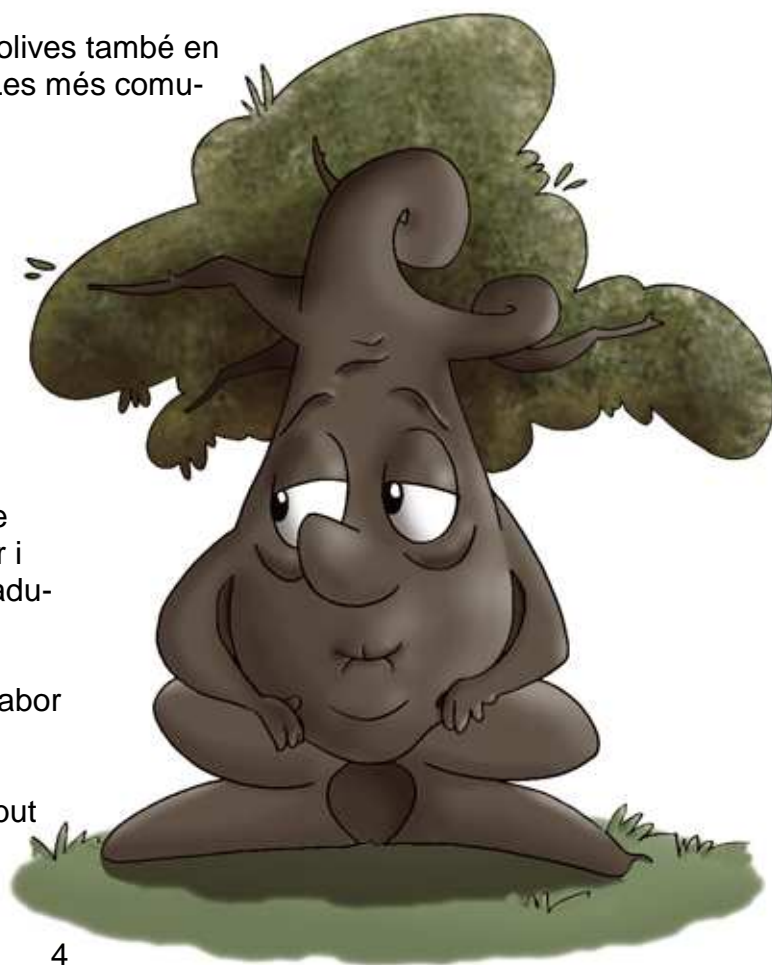
Com passa en molts d'altres fruits, d'olives també en podem trobar de diferents varietats. Les més comunes a Mallorca són:



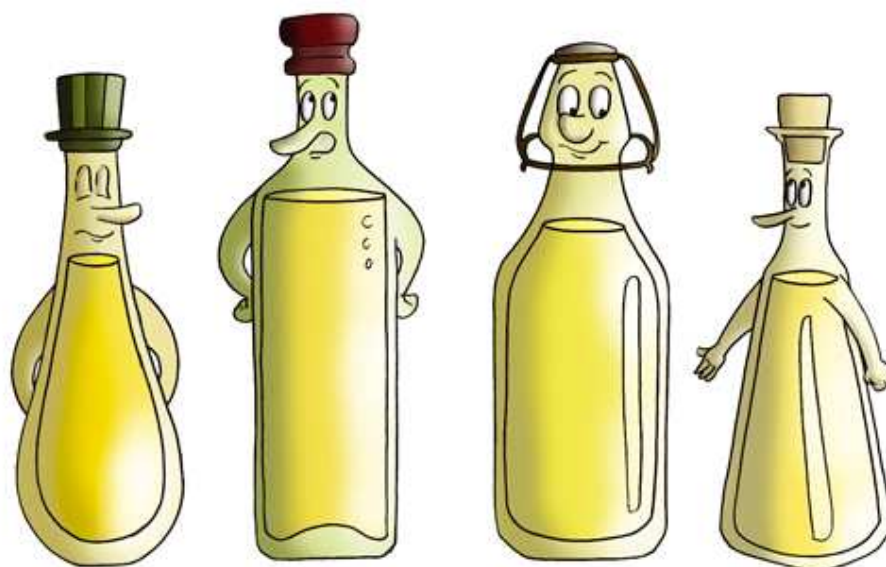
Mallorquina: la més característica de Mallorca, aporta a l'oli suavitat, dolçor i reminiscències de sabor d'ametlla madura.

Arbequina: oliva que dota l'oli d'un sabor de fruita verda.

Picual: oliva que aporta a l'oli un atribut picant i amarg.



Tipus d'oli d'oliva



L'oli de l'oliva és el suc de l'oliva, obtingut per procediments físics que no n'impliquen l'alteració. No pot estar mesclat amb cap altre producte, ni contenir cap additiu.

D'oli d'oliva, segons les característiques, en podem trobar de diferents categories i qualitat:

Oli d'oliva verge extra: d'un gust absolutament impecable, destaca l'atribut afruitat. El grau d'acidesa no pot superar el 0,8 %.

Oli d'oliva verge: d'un gust impecable, sense defectes destacables. El grau d'acidesa no pot superar el 2 %.

Oli d'oliva refinat: l'oli d'oliva amb algun defecte se sotmet a un procés físic o químic. En aquest procés es perden els nutrients propis de l'oli, així com el color, el gust i l'aroma.

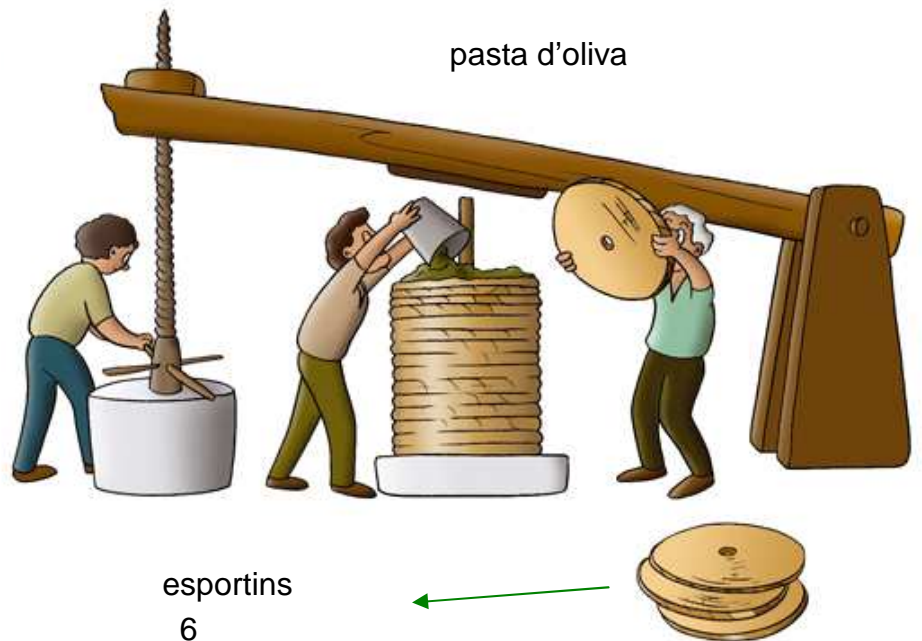
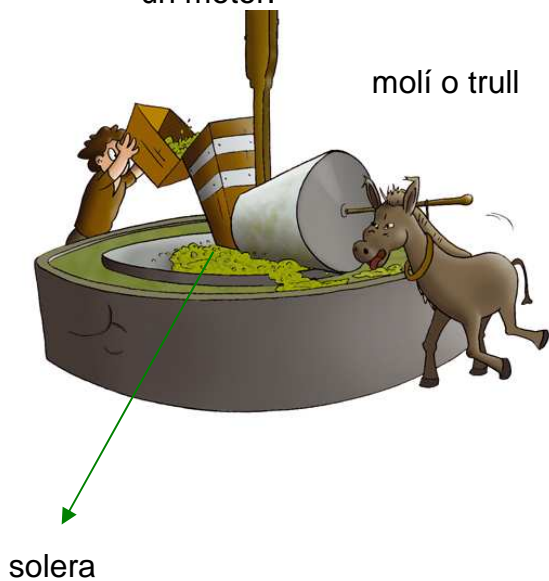
Oli d'oliva: (*) és un oli refinat, per tal d'eliminar olors i corregir el seu grau d'acidesa, al qual se li afegeix oli d'oliva verge per tal de donar aroma i sabor.

*A la denominació de venda s'ha d'indicar "Oli d'oliva compost exclusivament d'oli d'oliva refinat i olis d'oliva verges"

Procés d'elaboració tradicional

La producció d'oli mitjançant el sistema tradicional consisteix en posar les olives a la solera del molí o trull, on són capolades per l'acció d'unes moles o rutlons de forma troncocònica mogudes per un mecanisme que posteriorment fou substituït per un motor.

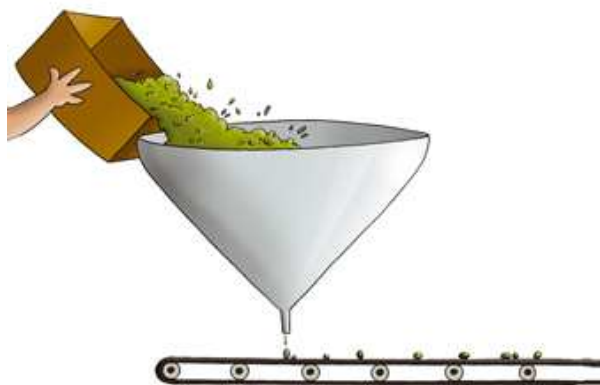
La pasta que s'obté es col·loca entre una mena d'estores d'espart anomenades esportins, que es posen una damunt l'altra. La pila d'esportins es premsa mitjançant una forta pressió, s'obté un líquid format per aigua i oli, que reposat, se separa en dues capes: la capa superior és oli i la capa inferior, l'aigua pròpia de l'oliva, anomenada molinada. El residu que queda en els esportins és el que es coneix com a pinyol o pinyolada.



Procés d'elaboració a l'actualitat

El sistema actual és anomenat d'elaboració en continu, sense interrupció.

1



Collita i recepció: la collita d'oliva s'ha de fer en el moment òptim de maduresa del fruit. Després de recollir-la, l'oliva es transporta a la tafona, on es realitza el procés d'elaboració de l'oli. Un aspecte fonamental per obtenir oli de qualitat és la reducció del temps entre la collita i l'entrada de l'oliva a la tafona. Les caixes o sacs es buiden a una tremuja que recull les olives i, mitjançant una cinta transportadora, es dipositen a la màquina de neteja.

2

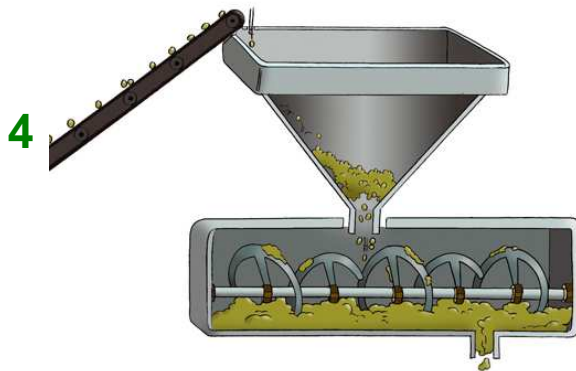


Neteja i rentada: la màquina de netejar, mitjançant un sistema d'impulsió d'aire, separa els materials més lleugers (fulles, branques...) de l'oliva; a continuació, les olives són rentades amb aigua.

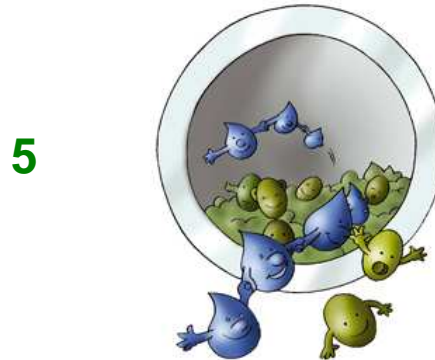
3



Pesada i classificació: les olives, ja rentades, es pesen. Es pren una mostra de les olives i es duu al laboratori, per saber-ne el rendiment i el grau d'acidesa.



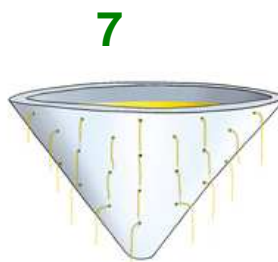
Mòlta: en un molí, amb unes tritadores, s'obté una massa formada per trossos de pinyol, de polpa d'oliva, oli lliure i l'aigua del fruit.



Batuda: la batuda continuada a temperatures no superiors a 27 °C facilita la separació de l'oli i l'aigua.



Extracció: per un procés de centrifugació s'aconsegueix una ràpida i completa separació de la pinyolada, la molinada i l'oli.



Decantació: neteja de l'oli.



Emmagatzematge i envasament: l'oli net se separa en depòsits d'acer inoxidable segons la qualitat. A l'hora de comercialitzar-lo, s'envasa en botelles.

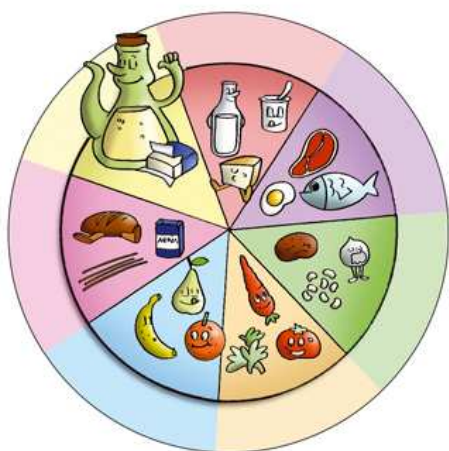
La denominació d'origen Oli de Mallorca



La **denominació d'origen** és un nom que fa referència a l'origen geogràfic del producte, però també a la seva qualitat i personalitat, així com al compliment del reglament i al control que es fa del producte. Tot això possibilita la diferenciació d'uns productes respecte dels altres. En el cas de la **denominació d'origen (DO) Oli de Mallorca**, aquest fet duu implícit un reconeixement oficial d'un oli d'oliva verge extra de qualitat, produït i elaborat a Mallorca.

La zona de producció i el lloc d'elaboració és exclusivament l'illa de Mallorca, a partir d'olives de les varietats mallorquina, arbequina i picual.

L'Oli de Mallorca: nutrició i salut



La dieta mediterrània es considera beneficiosa per a la salut. Això es deu principalment al baix consum de greixos d'origen animal, a la gran quantitat de fruites i verdures i al consum de l'oli d'oliva verge extra.

L'oli d'oliva verge extra ens manté sans: regula els aparells digestiu i circulatori i ens ajuda a lluitar contra l'envelliment!

Els lípids o greixos com l'oli d'oliva verge extra són indispensables en la nostra dieta diària.



L'oli d'oliva verge extra no conté colesterol, i conté àcids grassos insaturats que ajuden a regular el nivell de colesterol a la sang. Aquets dos components ajuden al correcte funcionament de l'aparell circulatori, ja que eviten malalties com l'arteriosclerosi. L'arteriosclerosi és la formació de plaques que redueixen el pas de la sang a l'interior de les artèries.

L'oli d'oliva verge extra conté agents antioxidants que ens ajuden a combatre l'envelliment. Es tracta d'un grup de vitamines, minerals, colorants naturals i altres compostos que bloquegen l'efecte perjudicial dels denominats radicals lliures.

En l'oli d'oliva verge extra també trobam àcids grassos essencials per al nostre organisme.

L'oli d'oliva verge extra és vehicle de transport de vitamines liposolubles (A,D, E i K).

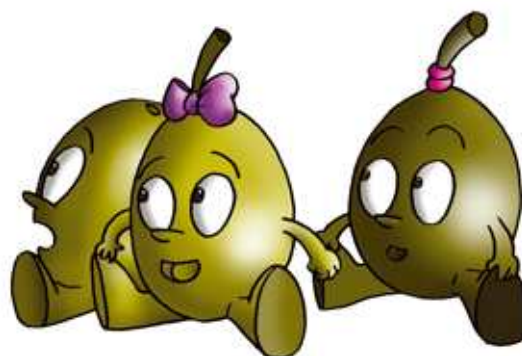
Consells

L'oli d'oliva verge extra s'ha de conservar en recipients de vidre obscur o d'acer inoxidable i en un lloc fresc, ben protegit de la humitat i de la calor.

No s'han de mesclar olis d'oliva verge extra en el setrill.

Quan vulguem fregir amb oli d'oliva verge extra s'ha d'intentar no superar els 180°. En aquest cas, convé utilitzar un recipient ample, de fons gruixat, i omplir-lo d'oli fins a la meitat. Convé que l'oli estigui ben calent, però que no arribi a treure fum.

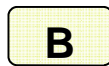
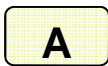
Tampoc no s'ha de fe servir el mateix oli de fregir diverses vegades.



Full de tast

Prova triangular

Una de les tres mostres és diferent de les altres, la pots identificar?
Analitza'n atentament l'olor i el sabor.



Esbrina quines dues mostres són iguals i elimina'n una.

Anota les mostres que ara et queden:
Compara les mostres que et queden i contesta:



Quina és més aromàtica?

Quina té un gust més intens?

Quina t'agrada més?

L'Oli de Mallorca i la gastronomia

Receptes



Pa amb oli

Pa pagès fregat amb tomàtiga. S'afegeix una mica de sal, es rega amb abundant Oli de Mallorca i s'acompanya d'olives trencades i tàpares i del companatge que us véngui de gust... És la senzilla feta plaer.

Allioli

El procés d'elaboració és molt simple: en el morter es piquen els grans d'all i, sense deixar de remenar, s'hi afegeix l'Oli de Mallorca. També s'hi afegeixen algunes gotes de llimona i finalment s'assaona amb sal.

Trempó

Es tallen petits el pebre, la tomàtiga i les cebes. Es trempa amb l'Oli de Mallorca i un poc de sal, i s'acompanya d'olives i de tonyina, si es vol.

L'Oli de Mallorca té un gust que el fa compatible amb molts de productes alimentaris i plats elaborats.

L'Oli de Mallorca també potencia els sabors i fa els aliments i els plats que inclouen aquest ingredient exquisits, ja sigui en cru o formant part de la seva preparació.

Ingredients

Pa
Oli de Mallorca
Tomàtiga
Sal
Olives i tàpares
Companatge: embotits, formatges o el que et vengui de gust!

Oli de Mallorca
All
Suc de llimona
Sal

Pebre
Tomàtiga
Oli de Mallorca
Cebes
Olives
Tonyina (opcional)

Passatemps

1. Sopa de lletres



- SOLERA
- ESPORTINS
- OLIVA
- MOLINADA
- PINYOLADA
- TRULL
- MOLÍ



2. Ordena el procés d'elaboració



Per treballar després

Assenyala distints plats o aliments que necessitin oli d'oliva per a l'elaboració i subratlla els que has tastat:

.....
.....

Creus que tots els olis d'oliva tenen el mateix gust?. T'ha agradat l'oli d'oliva verge extra?

.....
.....

Esmenta alguns aliments propis de la dieta mediterrània

.....
.....
.....

Què és l'oli d'oliva verge extra?

.....
.....
.....

Coneixes algunes vitamines característiques de l'oli d'oliva verge extra?

.....
.....
.....

Com es diu el lloc on s'elabora l'oli d'oliva verge extra?

.....
.....
.....

UNITATS DIDÀCTIQUES

El gust dels Aliments de les Illes Balears

L'Oli de Mallorca

UNITATS DIDÀCTIQUES

El gust dels Aliments de les Illes Balears

1. L'Oli de Mallorca



Oli de Mallorca
DENOMINACIÓ D'ORIGEN



**Govern
de les Illes Balears**

FOGAIBA

Fons de Garantia Agrària i Pesquera



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN
Y MEDIO AMBIENTE

FONDO EUROPEO
AGRÍCOLA DE
DEARROLLO RURAL:
EUROPA INVIERTE EN
LAS ZONAS RURALES

