

Aceites de Oliva

Toda una **E**xperiencia



Dossier de Prensa (producto)

Los Aceites de Oliva, el conocimiento como puerta de entrada a un mundo de Experiencias

Índice

Presentación

I.- Aceites de Oliva presentes en el mercado

- Aceite de oliva virgen extra
- Aceite de oliva virgen
- Aceite de oliva - contiene exclusivamente aceites de oliva refinados y aceites de oliva vírgenes

II.- Monovarietales más extendidos

- Arbequina
- Cornicabra
- Hojiblanca
- Picual

III.- Tabla de usos y características, por Juan Pozuelo

Aceites de Oliva

Toda una **E**xperiencia



Presentación

Los Aceites de Oliva son parte fundamental de la Dieta Mediterránea. En España crece el olivar más grande del mundo. En él se cultivan 260 variedades de olivo diferentes, a las que se ha llegado después de siglos de trabajo, de adaptación, de búsqueda del mejor aprovechamiento de los recursos del suelo, del agua... años de experiencia e inversión en investigación y desarrollo han servido para disponer de un árbol adecuado para cada necesidad.

De cada variedad de olivo se obtiene una variedad de aceituna, con la que comparte la denominación. Así, el olivar se ha consolidado como uno de los cultivos más versátil del planeta. Una vez recogidas, las aceitunas son trasladadas a las almazaras para extraer de ellas su zumo, el aceite de oliva virgen. Todos los Aceites de Oliva son vírgenes cuando salen del fruto. En función de las características de estos zumos vírgenes, irán destinados a una de las categorías comerciales en vigor en la Unión Europea.

Los Aceites de Oliva vírgenes podrán, además, presentarse ante el consumidor con el añadido de la variedad de aceituna con la que están elaborados. Tanto si se trata de una sola variedad como si hablamos de la mezcla de varias, el conocimiento de los diferentes tipos de aceitunas pondrá en nuestra mano todas las posibilidades que los Aceites de Oliva tienen para la gastronomía.



I.- Aceites de Oliva presentes en el mercado

El consumidor de la Unión Europea puede encontrar en el punto de venta las siguientes categorías comerciales de Aceites de Oliva:

- **Aceite de oliva virgen extra**

100% zumo de aceituna con **excelentes** características de sabor y aroma. Especialmente indicado para usos en frío (marinados, ensaladas, salsas, toque final de cualquier plato), para guisos y para postres.

Puede ser **monovarietal** (obtenido de una sola variedad de aceituna de manera que pueden apreciarse más nítidamente los atributos sensoriales de cada variedad) o **coupage** (contiene distintas variedades en las proporciones que permitan obtener los atributos de amargor, picor, astringencia, frutado... deseados).

El aceite de oliva virgen extra es el **zumo natural de un fruto**, la aceituna, obtenido en el momento óptimo de madurez y por ello posee atributos sensoriales únicos y propiedades saludables debido a sus componentes minoritarios.

- **Aceite de oliva virgen**

100% zumo de aceituna con **buenas** características de sabor y aroma. Está indicado para los mismos usos que el virgen extra.

- **Aceite de oliva - contiene exclusivamente aceites de oliva refinados y aceites de oliva vírgenes**

Es la mezcla aceites de oliva refinados y aceites de oliva vírgenes o vírgenes extra. Especialmente indicado para cocinar a altas temperaturas y, especialmente, para frituras. Retiene todas sus propiedades durante la fritura (180°C/380°F) debido a su alto contenido en ácido oleico. Esta categoría también es indicada para la elaboración de salsas o mahonesas.

II.- Monovarietales más extendidos

A lo largo del mundo nos encontramos con un sinfín de variedades diferentes de olivo, de las que se obtienen otras tantas variedades diferentes de aceitunas.

- **Arbequina**



Su porte pequeño y su precoz entrada en producción lo hacen especialmente apto para las nuevas plantaciones superintensivas y cultivo mecanizado, por lo que se ha extendido de forma generalizada. Su aceite presenta un olor a frutado de **aceituna** y otras frutas como **manzana, plátano y almendra**. Es un aceite muy fluido, **dulce** y casi **imperceptible** el amargo y picante. El aceite de esta variedad de aceituna se presenta **delicado** en su concepción y en su estructura.

La característica más común de estos aceites es su **dulzura** que se hace mucho más patente cuando la aceituna se recoge con un **mayor punto de maduración**.

El Aceite de Oliva Virgen Extra de la variedad Arbequina resulta de especial interés cuando queramos:

- Aliñar alimentos de sabor suave, que se benefician de su frutado y su fluidez.
- Aderezar ensaladas en las que las frutas tengan un importante papel.
- Rociar pescados blancos cocidos o a la plancha y acompañar a verduras cocidas.
- Aprovechar su dulzura y ausencia de amargor para elaborar dulces, como bizcochos, magdalenas y masas.
- Hacer salsas suaves, como la mahonesa.

- **Cornicabra**

Sus aceites son muy **aromáticos** con frutado de **aceituna** y otras frutas en la que destaca la **manzana**, en boca se aprecian notas herbáceas de **hoja de olivo**, el **amargo** es ligero y el picor algo más intenso. De crecimiento lento, la Cornicabra se cultiva en antiguas plantaciones tradicionales que si bien no consiguen los altos rendimientos de las plantaciones intensivas, permiten cuidar el proceso de obtención del aceite al máximo para obtener la mejor calidad.

De una extraordinaria **estabilidad**, los aceites de cornicabra presentan altos contenidos en ácido oleico, polifenoles y antioxidantes que les proporcionan gran resistencia a la **oxidación** a la vez que benefician su salud.

El Aceite de Oliva Virgen Extra de la variedad Cornicabra resulta de especial interés cuando queramos:

- Aliñar productos que sean capaces de maridar con un aceite de personalidad.



- Aderezar crudo ensaladas, aliños y salsas, a los que aporta sus delicados aromas realizando el sabor natural de los alimentos.
- Proporcionar un exquisito sabor a guisos, asados y estofados.
- Realizar frituras, por su alto contenido en ácido oleico.
- Acompañar verduras al vapor o cocidas, encurtidos y escabeches.

- **Hojiblanca**

Los de recolección temprana son aceites muy **frutados** y **complejos**, se caracterizan por sus **notas herbáceas** como **hierba recién cortada**, **alloza**, **alcachofa** y **plantas aromáticas**, su entrada en boca es **dulce**, con un **amargor ligero** finalizando con un **picor muy localizado** en la boca.

El aceite obtenido de esta variedad presenta una composición de ácido oleico y antioxidantes muy **equilibrada**. El aceite se posiciona en un lugar **equidistante** entre aceites picantes y amargos y los más dulces, esto lo hace muy **versátil** en las distintas técnicas culinarias y en el maridaje.

Su cata nos permite disfrutar de su ligera **dulzura** y de los aromas y sabores de la **hierba fresca** y notas de **frutas verdes**.

El Aceite de Oliva Virgen Extra de la variedad Hojiblanca resulta de especial interés cuando queramos:

- Platos de sabor suave pero con personalidad como huevos escalfados, pastas, carpaccios de pescados blancos, verduras suaves estofadas o a la plancha.
- Cremas de verduras de sabores firmes pero delicados, salmorejos.

- **Picual**

Su aceite es muy apreciado por su **alta estabilidad** (resistencia a la oxidación), debido a su **alto contenido en polifenoles** y al **elevado porcentaje de ácido oleico**. Esta característica es muy apreciada en cocina ya que es muy **resistente a las altas temperaturas**. Sensorialmente son aceites de gran personalidad, con mucho cuerpo, y con elevada puntuación de “**frutado de aceituna verde**”, apreciándose en el sabor la **hoja de olivo**, **ligero picor** y **amargor**. Destacan otros descriptores herbáceos que aparecen en mayor o menor intensidad dependiendo de la maduración del fruto como son **verde**, **tomate** y **hoja de higuera**.



Su elevado contenido en antioxidantes naturales lo posiciona a en un lugar destacado por sus características sensoriales y por la alta resistencia a la oxidación, usándose en la conservación de alimentos crudos o cocinados.

Se trata de un aceite con una personalidad muy marcada dentro de los aceites de oliva que, unido a su altísimo volumen de producción, lo convierte en un aceite reconocido en los cinco continentes.

El Aceite de Oliva Virgen Extra de la variedad Picual resulta de especial interés cuando queramos:

- Equilibrio en platos de **sabor pronunciado**, buscando un acompañamiento que conserve el **flavor** del producto principal. Un ejemplo de sabores contundentes pueden ser guisos tradicionales, como los pistos, los estofados de carne, los potajes de legumbres o distintos tipos de arroz.
- Aportar sabor en alimentos que puedan adolecer de características sensoriales **destacadas**. Como ensaladas ligeras, huevos fritos o revueltos, cremas emulsionadas o carpaccios.
- Elaborar aliños más complejos como **vinagretas** de distintos sabores.

III.- Tabla de usos y características, por Juan Pozuelo

	Arbequina	Cornicabra	Hojiblanca	Picual
Aromas y sabores	Otra frutas, manzana y plátano fluído, dulce.	Fruta verde, manzana, picor.	Hierba fresca, picor suave, almendra.	Frutado verde, hoja de olivo tomatera , amargo, higuera
Técnicas recomendadas	Crudo Pastelería	Crudo Frituras cortas Salteados	Crudo Conservas	Crudo Frituras Guisos
Aplicaciones	Marinados suaves Emulsiones de salsas Emulsiones de cremas frías Masas de bollería y repostería	Aliños de ensaladas Frituras suaves Masas de panadería	Aliños de ensaladas suaves Emulsiones con personalidad Marinados de carnes y pescados azules	Aliños de ensaladas Frituras de todo tipo, especialmente de alta temperatura Macerados de carnes y caza Aliños de vegetales en conserva



<p>Elabora- ciones</p>	<p>Mahonesa Alioli Vinagreta Macerados de pescado (boquerones en vinagre, salmón marinado, carpaccio de mariscos, etc.) Gazpachos y salmorejos. Salteados de verduras suaves. Salteados de mariscos.</p>	<p>Fritos de todo tipo Aliños de salpicón y platos en crudo como cebiches) Salteados de carnes y aves Salteados de moluscos (almejas, coquetas, berberechos) Patatas al horno Masas de pizza Empanadas Frutas de sartén (churros, rosquillas, etc.)</p>	<p>Mahonesa Alioli Vinagreta Macerados de pescados fuertes (sardinas, salmón, atún) Ajo blanco y cremas frías fuertes, Salmorejos, Cremas calientes (de aves y vegetales) Salteados de verduras. Conservas vegetales (verduras, aceitunas, etc.)</p>	<p>Aliños de lechuga, tomate, escarolas, etc... Fritura andaluza Patatas fritas Fritura de empanados y rebozados Guisos lentos y prolongados (potajes, estofados, asados, etc) Conservas de alimentos crudos o cocinados (chacinas frescas o desecadas, quesos, etc.)</p>
-----------------------------------	--	---	--	---

www.experienciasaceitesdeoliva.com