



## Curiosità sull'Olivo

Sull'isola greca di Santorini sono state rinvenute impronte di foglie fossili risalenti a 37000 anni fa. Ancora oggi, in alcune zone del Sahara e fino a 2.700 metri di altitudine, si incontrano alberi di olivo selvatico.



Gli Egizi ringraziavano Iside per aver introdotto l'olivo, mentre i greci davano alla dea di Atena il merito di averlo piantato per prima sull'acropoli ed attribuivano l'invenzione dell'olio d'olivo ad Aristeo, figlio di Apollo e della ninfa Cirene.

Nell'Odissea la dea Atena offre ad Ulisse una fiala di olio di oliva, che gli ridona vigore e bellezza. Plinio il Vecchio dedica un intero capitolo della sua storia Naturale all'olivo ed alle sue proprietà virtuose (XVII)



Italia, Spagna e Grecia sono i Paesi con maggior consumo pro-capitale di olio di oliva e, insieme, totalizzano oltre l'85% della produzione mondiale. In Grecia si registra il maggior consumo medio individuale, con circa 20Kg anno/persona.

La denominazione olio extravergine di oliva, secondo la normativa UE, è riservata all'olio che, ottenuto meccanicamente dalle olive, non abbia subito altri trattamenti che il lavaggio, la sedimentazione e la filtrazione.



Dal punto di vista del gusto, l'olio di oliva si divide, a seconda della coltivazione e dell'area di produzione, in Fruttato, dal gusto deciso, forte, leggermente piccante, in frutto medio, più delicato e fruttato leggero, più dolce ed armonioso.



Presso i Greci il primo pasto della giornata, detto "acrotinos", era costituito da pane e olio intinto nel vino. I Romani lo utilizzavano per la preparazione di numerose ricette, famosa quella di Grazio: una torta feta con olio, formaggio, farina e miele.



Gli unici che si possono friggere della denominazione di "olio vergine" sono quelli ottenuti mediante un procedimento di spremitura a freddo, senza l'aggiunta di nessun altro ingrediente



**LA BRUSCHETTA**  
Ingredienti: pane, olio, aglio, sale e pepe.

Abbrustolire il pane casereccio tagliato a fette. Strofinare uno spicchio di aglio e cospargerlo di abbondante olio di oliva con un pizzico di sale e pepe

### SPAGHETTI CON GLI "ALICIOTTI"

Ingredienti: olio, sale, pepe, aglio, 500 gr. di spaghetti, 250 gr. di aliciotti, pomodoro,

Preparare il sugo con aglio, olio, sale, pepe e pomodoro; a metà cottura metterci gli aliciotti spinati e farli cuocere sino a che si sciolgono



**FIORI DI ZUCCA FRITTI**  
Ingredienti: olio, sale, farina, pangrattato, 500 gr. fiori di zucca, 200 gr. di alici, 4 uova.

Lavate i fiori, riempiteli di alici e pangrattato, passateli nella farina e poi nell'uovo infine lasciar cuocere immersi in padella con olio bollente.

**CARCIOFI ALLA GIUDIA**  
Ingredienti: olio, sale, aglio 4 carciofi.

Pulire i carciofi dalle foglie più dure, condire e far cuocere in un tegame con molto olio. A fine cottura passare in una padella con olio bollente per croccare l'esterno.



**POMODORI SOTT'OLIO**  
Ingredienti: olio, sale, basilico, origano, peperoncino, 500 gr. di pomodorini da sugo  
Spaccare i pomodori a metà lasciare essiccare al sole e poi sistemare a strati in un vaso di vetro, aggiungendo spezie e ricoprendo di olio.

### CIAMBELLETTE

Ingredienti: olio, 3 uova, sale, 500 gr. di farina, zucchero, vaniglia, raschiatura di arancia

Impastare il tutto, formare dei cannelli, tagliarli a pezzi per fare le ciambellette. Metterli distanziati in una teglia infarinata E cuocerli in forno.



