

infOIL

Ελαιόλαδο

από φιλοπεριβαλλοντικά
συστήματα διαχείρισης

ζωή σε κάθε σταγόνα!



infoIL

ζωή σε κάθε σταγόνα!

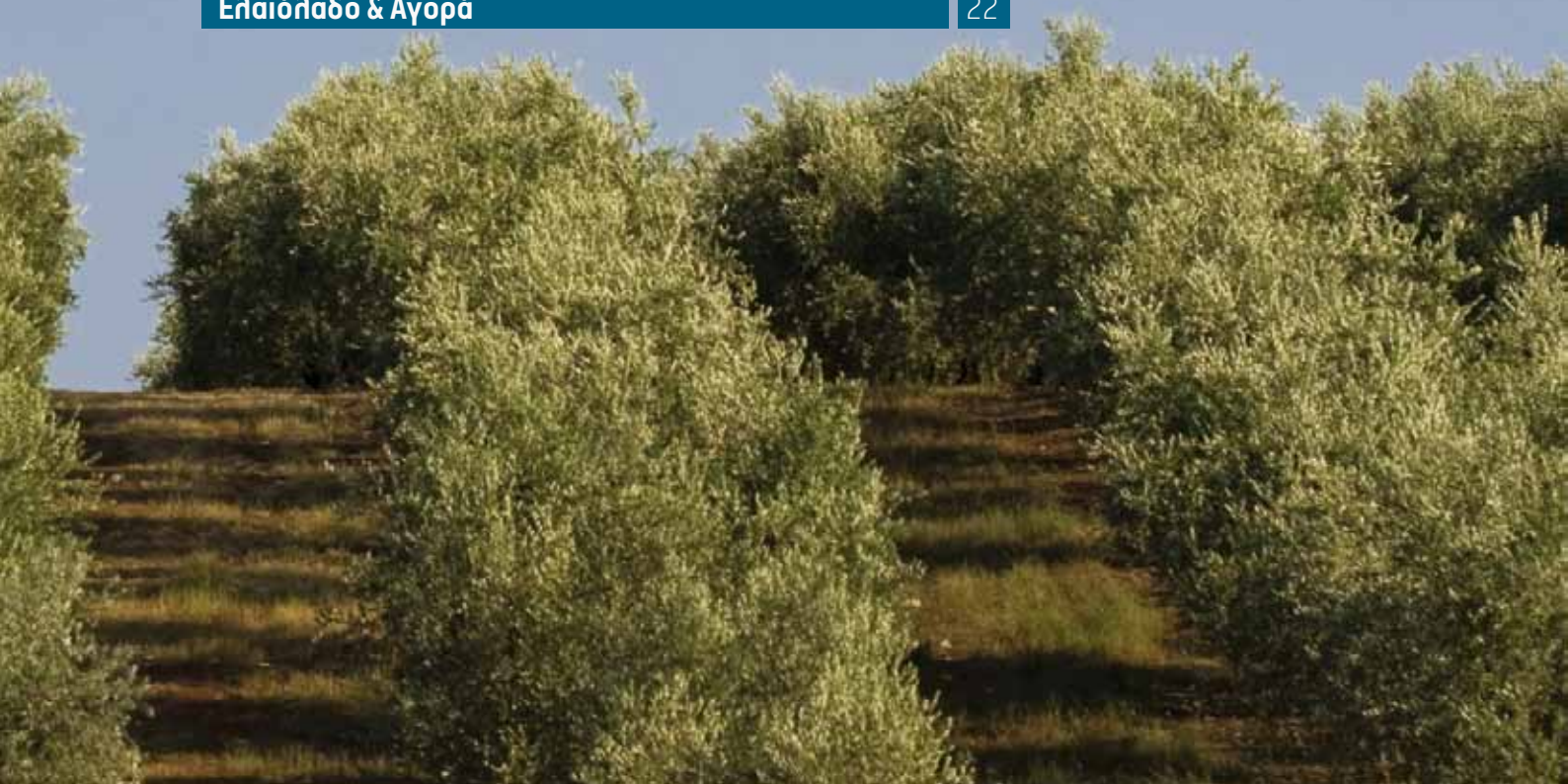
Επιμέλεια εντύπου: Δρ. Γ. Α. Παπαδάκης, Ε. Βαγγέλογλου, Κ. Λίτου, Πολυτεχνείο Κρήτης
Επιστημονική επιμέλεια κειμένων: Δρ. Ι. Μετζιδάκης, συνεργάτης Α. Γιαννακάκη, ΕΘΙΑΓΕ
Λαογραφικό κείμενο: "Το λάδι στον κύκλο της ζωής", Ασπασία Κοκολογιάννη

Επιλογή φωτογραφικού υλικού: Δρ. Ι. Μετζιδάκης, Lime Creative
Μελέτη επικοινωνιακού σκεπτικού & σχεδιασμός: Lime Creative

Το παρόν έντυπο εκδόθηκε στα πλαίσια του ευρωπαϊκού προγράμματος
INFOIL LIFE08 INF/GR/581

Το λάδι στον κύκλο της ζωής και ο κύκλος της ζωής του ελαιολάδου

Το λάδι στον κύκλο της ζωής	04
Γιατί ελαιολάδο	06
Ελαιολάδο & Υγεία	09
Κριτήρια ποιότητας - Ποικιλία	10
Σύνθεση του ελαιολάδου	12
Βασικές κατηγορίες τυποποιημένου ελαιολάδου	14
Άλλοι τύποι ελαιολάδου	16
Χρήσιμες οδηγίες για τον καταναλωτή	20
Ελαιολάδο & Αγορά	22



Το λάδι στον κύκλο της ζωής

Το νοικοκυριό που έχει ελαιόδεντρα θεωρείται ευλογημένο και το εισόδημά του εξασφαλισμένο. Ο κύκλος της ελιάς για την κρητική οικογένεια ξεκινάει αρχές Νοέμβρη, όταν πρέπει να καθαριστεί η «αυλή» της κάθε ελιάς. Η παρουσία όμως του λαδιού και η ενασχόληση με αυτό είναι διαρκείς και εμφανείς σε όλες τις εκδηλώσεις της οικογένειας.

Το συμβολικό λάδι

Από το πρώτο λάδι του νοικοκυριού θα δώσουμε του διακονιάρη για να ευχηθεί «καλοξόδευτο». Από το λάδι του σπιτιού μας θα προσφέρουμε στην εκκλησία κάθε φορά που θα θέλουμε να παρακαλέσουμε για την υγεία ή για την ανάπαυση των αγαπημένων προσώπων μας. Με το λάδι του σπιτιού μας θα σφραγίσουμε μία συντεκνιά αλληλά θα σφραγιστεί και ο νεοφώτιστος, θα πάρει το χρίσμα του χριστιανού. Το λάδι της κολυμβήθρας θα γαληνέψει τη θάλασσα όπως και το λάδι από το καντήλι του Αγίου Νικολάου. Και ο νεκρός όμως σφραγίζεται και αποχαιρετιέται με λάδι (καντηλοχύνεται) και στα κόλλητά του κάθε φορά στάζουμε τρεις σταγόνες λάδι. Με το λάδι του καντηλιού θα αιείψουμε πηληγές, πονεμένα μέλη και θα ξεματιάσουμε.

Φως από το λάδι...

Γιατί δεν πρέπει να ξεχνάμε ούτε τους λύχνους, ούτε τις λάμπες λαδιού. Στις εκκλησίες και στα εικονίσματα το φως μένει άσβεστο, όπως άσβεστη μένει και η καντήλα γεμάτη λάδι, που τοποθετείται, πριν τεθεί ο θεμέλιος λίθος, στη θέση της Άγιας Τράπεζας, και σφραγίζεται με χώμα κατά τη θεμελίωση κάθε ναού.

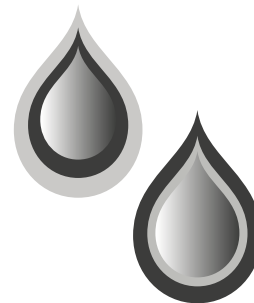
Φάρμακο και καλλυντικό

Στη λαϊκή ιατρική το λάδι είναι ένα είδος πανάκειας, έχει την εφαρμογή του σε κάθε πάθηση ή ενόχληση και δρα προληπτικά ή θεραπευτικά. Δεν είναι εξ' άλλου τυχαία η πρώτη επαφή του μωρού με το λάδι αμέσως μετά τη γέννησή του, όταν το έπληναν με χλιαρό λάδι και χαμομήλι και έπληναν τα μάτια του με μερικές σταγόνες από λάδι ελιάς. Ως καλλυντικό οι γυναίκες το χρησιμοποιούν για το πρόσωπό τους, το δέρμα τους, τα μαλλιά τους και τα νύχια τους. Επίσης οι κυνηγοί δίνουν μερικές κουταλιές λάδι στα σκυλιά τους για να τα προφυλάξουν από δηλητηριώδη φυτά που ενδεχομένως θα δαγκώσουν, κάτι που επιπλέον συμβάλλει στη στιλπνότητα του τριχώματός τους.

Το σαπούνι από λάδι ελιάς

Μία φορά το χρόνο (συνήθως τον Αύγουστο ή στα καζάνια) η κάθε νοικοκυρά ψήνει το σαπούνι της χρονιάς. Την συνταγή την μαθαίνουν τα κορίτσια από το σπίτι τους. Το σαπούνι έχει για κύριο συστατικό το καθαρό λάδι, (τα δύσκολα όμως χρόνια συγκέντρωναν τα τηγανόλαδα, τα ποντικόλαδα, τους κασιγάρους). Το ίδιο σαπούνι χρησιμεύει στην λάτρα του νοικοκυριού και στην ατομική υγιεινή, απλά το κόβουμε σε διαφορετικά κομμάτια για πρακτικούς λόγους.

Συμψύξτε το λάδι σταγόνα!



Η ρευστή αξία

Χαρά σε όποιο σπιτικό έχει γεμάτα πιθάρια με λάδι στο μαγαζέ του. Η οικογένεια αυτή μπορεί να πραγματοποιεί τις καθημερινές της συναλλαγές καθώς και σημαντικότερες αγοραπωλησίες, αλλά και να ξεπρουκίσει τις κόρες της, όταν έρθει η ώρα του γάμου τους. Λάδι δίνουμε στον παπά που αγιάζει το σπίτι τα Φώτα, λάδι δίνουμε στον έρανο, λάδι δίνουμε και στους καλιντιστάδες. Με λάδι πληρώνεται η μαζώχτρα, το μαζωχτό της, πριν επιστρέψει στο σπίτι της. Τέλος με λάδι δωροδοκούμε! Μα οι καιροί δύσκολοι και κάποτε το λάδι τελειώνει πριν να βγει η νέα σοδειά, ο γείτονας τότε δανείζεται από το γείτονα ή από το συγγενή δύο κουρούπια λάδι αλλά αναλαμβάνει την υποχρέωση να επιστρέψει τρία, γιατί το λάδι που δανείστηκε ήταν κατασταλαγμένο ενώ αυτό που επιστρέφει είναι πρωτόλαδο, φρεσκοαλεσμένο! «Απομάζουδα» στη Δυτική Κρήτη, «Κουκολλόι» στην Ανατολική Κρήτη. Το Εθιμικό Δίκαιο ορίζει, να μπαίνουν οι οικογένειες που δεν έχουν περισσότερα μέσα στα λιόφυτα μετά το τέλος της ελαιοκομικής περιόδου, και να μαζεύουν τις ελιές που έχουν απομείνει για το λάδι τους! Ας μπούμε στην κουζίνα... Το λάδι δεν χρησιμοποιείται μόνο ωμό ή στην παρασκευή φαγητών και γλυκών, είναι άριστο συντηρητικό! Μέσα στο λάδι διατηρούνται ο πελτές ντομάτας, τα λαχανικά, τα τυριά, τα κунήγια, τα ψάρια, το χοιρινό (από τα χριστουγεννιάτικα χοιροσφάγια για όλο το χρόνο) και όλα τα κρεατικά αφού τσιγαριστούν.

30 Νοεμβρίου, του Τρπιστηγανήτη

Η ελαιοκομική περίοδος έχει ξεκινήσει και η πρώτη βγαρμαθιά λάδι έχει έρθει στο σπίτι. Την ημέρα της γιορτής του Αγίου Ανδρέα ρίχνουμε λάδι στο τηγάνι σταυρωτά και ευχόμαστε «καλοκατάλυτο», «καλοξόδευτο» ή «και του χρόνου» για να φτιάξουμε κουταλίτες ή αλλιώς τηγανίτες που πρέπει να συνδυαστούν με το αμέσως προηγούμενο προϊόν του σπιτιού, το πετιμέζι. Πρέπει επίσης να πάμε σκουτελικό σε όποια οικογένεια δεν έχει ελιές και λάδι για να μοιραστούμε την ευλογία του σπιτικού μας...



Γιατί ελαιόλαδο

και γιατί από Φιλοπεριβαλλοντικά Συστήματα Διαχείρισης;

Το ελαιόλαδο είναι το μόνο λάδι που εξάγεται από τον καρπό της ελιάς με μηχανικό τρόπο, σε αντίθεση με τα σπορέλαια που παράγονται με χημικό τρόπο.

Οι ήπιες συνθήκες παραγωγής του ελαιολάδου δεν υποβαθμίζουν τη βιολογική αξία των συστατικών του.

Ο χυμός της ελιάς, διατηρεί τις αντιοξειδωτικές του ουσίες, οι οποίες αποτρέπουν σοβαρές ασθένειες.

Είναι ένα φυτικό έλαιο με υψηλή βιολογική και θρεπτική αξία. Περιέχει αντιοξειδωτικά και βιταμίνες και δρα σαν βιοενεργό συστατικό στον ανθρώπινο οργανισμό.

Διαθέτει ιδιαίτερο άρωμα και γεύση. Υπάρχει μεγάλη ποικιλία διαφορετικών γεύσεων ελαιολάδου στην αγορά, από τις οποίες ο καταναλωτής μπορεί να επιλέξει ποια του ταιριάζει. Είναι το κύριο συστατικό της Μεσογειακής και Κρητικής διατροφής, περίφημες για την υγεία και μακροζωία που προσφέρουν (Serge Renaud, 1998, "Lyon Heart Study").

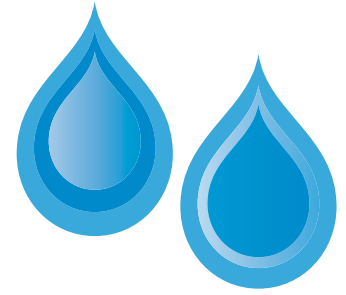
Το ελαιόλαδο από Φιλοπεριβαλλοντικά Συστήματα Διαχείρισης, εκτός του ότι δεν υποβαθμίζει το περιβάλλον και τους φυσικούς πόρους, σέβεται την υγεία τόσο των παραγωγών όσο και των καταναλωτών.

Για το ελαιόλαδο από Φιλοπεριβαλλοντικά Συστήματα Διαχείρισης, υπάρχουν περισσότερες προοπτικές να διατηρεί την δυνατότητα που έχει να αποτελεί προϊόν υψηλής διατροφικής αξίας.









Ελαιόλαδο & Υγεία

Το ελαιόλαδο έχει μεγάλη βιολογική και θρεπτική αξία

Το ελαιόλαδο έχει τον ίδιο αριθμό θερμίδων με άλλα φυτικά έλαια: Έχει εκτιμηθεί πως 1 γραμμάριο ελαιόλαδο δίνει 9,3 θερμίδες.

Συμβάλλει:

Στην πρόληψη των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Η κατανάλωση του μειώνει τις συγκεντρώσεις της ολικής χοληστερόλης και της λεγόμενης «κακής χοληστερίνης» (LDL χοληστερόλης), που αποτελούν σημαντικούς παράγοντες στεφανιαίας καρδιοπάθειας. Ενώ διατηρεί ή ανεβάζει τα επίπεδα της «καλής» χοληστερίνης (HDL-χοληστερόλης).

Στην επιβράδυνση του γήρατος αφού περιέχει μονοακόρεστα λιπαρά οξέα και βιταμίνη E.

Στην απορρόφηση των βιταμινών από τον οργανισμό λόγω της περιεκτικότητας σε πολυφαινόλες.

Στην πρόληψη της σκλήρυνσης των αρτηριών και της αθηροσκλήρυνσης.

Στη διευκόλυνση της λειτουργίας του συκωτιού και στην αποτροπή πέτρας στη χολή.

Στη διαιτητική αγωγή του διαβήτη.

Στη προστασία από τον καρκίνο λόγω της υψηλής περιεκτικότητας σε αντιοξειδωτικές ουσίες.

Στη θεραπεία πεπτικών ελκών.

Σε ευεργετικές επιπτώσεις στα μάτια και στον εγκέφαλο.

Σε θετικές επιπτώσεις για έγκυες και σε θηλασμό γυναίκες.



Κριτήρια ποιότητας - Ποικιλία



Τα κυριότερα χαρακτηριστικά της ποιότητας του ελαιολάδου τα διακρίνουμε στα οργανοληπτικά, που καθορίζονται από το χρώμα (χλωροφύλληδες, καρτενοειδή), την οσμή, τη γεύση και τα λιπαρά οξέα.

Ένα άλλο χαρακτηριστικό της ποιότητας είναι η οξύτητα (περιεκτικότητα σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα όπως το ελαιϊκό οξύ).

Ιδιαίτερης σημασίας είναι η περιεκτικότητα σε αντιοξειδωτικές ουσίες όπως πολυφαινόλες, τοκοφερόλες, φερουλικό οξύ κλπ. καθώς και η περιεκτικότητα σε συστατικά μικρότερης συγκέντρωσης όπως υδροξυτυρολόζη, τυροσόλη, καρτενοειδή, σκουαλένιο κ.λ.π.

Τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά (οσμή και γεύση) σχετίζονται στενά με ένα αριθμό πτητικών συστατικών που είναι υπεύθυνα για τη γεύση του λαδιού.

Οργανοληπτική αξιολόγηση-κατάταξη Ελαιολάδου
Η οργανοληπτική αξιολόγηση είναι η ανίχνευση και περιγραφή των ποιοτικών και ποσοτικών οσφραντικο-γευστικών χαρακτηριστικών του ελαιολάδου.

Θετικές ιδιότητες:

Φρουτώδες: Σύνολο οσφραντικών αισθήσεων χαρακτηριστικές ελαιολάδου που προέρχονται από υγιείς και φρέσκιες ελιές, άγουρες ή ώριμες.

Πικρό: Χαρακτηριστική στοιχειώδης γεύση ελαιολάδου που έχει ληφθεί από πράσινες ελιές ή από ελιές των οποίων το χρώμα αρχίζει να σπληνάζει.

Πικάντικο: Αίσθηση καύσου, χαρακτηριστική ελαιολάδων που παράγονται στην αρχή της ελαιοκομικής περιόδου, κυρίως από ελιές που είναι ακόμα πράσινες.



Αρνητικές ιδιότητες:

Ατροχάδο/Μούργα: Χαρακτηριστική οσμή-γεύση ελαιολάδου που προέρχεται από ελαιόκαρπο αποθηκευμένο σε σωρούς και βρίσκεται σε προχωρημένο στάδιο αναερόβιας ζήμωσης, ή ελαιόλαδο που έχει παραμείνει σε επαφή με το ίζημα το οποίο καθιζάνει σε βαρέλια και δεξαμενές φύλλαξης και έχει επίσης υποστεί αναερόβια ζύμωση.

Μουχλιαμένο-νοτισμένο: Χαρακτηριστική οσμή γεύση ελαιολάδου, που έχει ληφθεί από ελαιόκαρπο προσβεβλημένο από μύκητες και ζυμομύκητες, λόγω αποθήκευσης του για πολλές ημέρες σε περιβάλλον με υγρασία.
Κρασώδες-ξυδάτο/Οξινο-ξινό: Χαρακτηριστική οσμή-γεύση ελαιολάδων που θυμίζουν κρασί ή ξύδι. Οφείλεται, κυρίως, σε διαδικασία αναερόβιας ζύμωσης στις ελιές ή στα κατάλοιπα ελαιοπάστας σε σάκους που δεν πλύθηκαν σωστά και έχει ως αποτέλεσμα το σχηματισμό οξικού οξέος, οξικού αιθυλεστέρα και αιθανόλης.

Μεταλλική: Χαρακτηριστική οσμή-γεύση που θυμίζει μέταλλο. Οφείλεται στο ότι το λάδι έχει παραμείνει για μεγάλο διάστημα σε επαφή με μεταλλικές επιφάνειες, κατά τη διάρκεια της θραύσης του ελαιοκάρπου, της μάλαξης και πίεσης της ελαιοζύμης και της αποθήκευσης του ελαιολάδου.

Ταγγό: Χαρακτηριστική οσμή-γεύση των ελαιόλαδων που έχουν υποστεί έντονη οξείδωση.

Άλλες: Ψημένο ή καμένο, άχυρο/ξύλο, τραχύ, χωματίλια, σκουλήκι, λιπαντικά, απόνερα, άημι, σπάρτο, κ.α.

Σύνθεση του ελαιολάδου

Η σύνθεση των πτητικών συστατικών (αλδεΐδες, αλκοόλες, κετόνες κλπ) του ελαιολάδου εξαρτάται από τα επίπεδα και την δραστηριότητα των ενζύμων που συμμετέχουν στις διάφορες διεργασίες μεταβολισμού.

Τα πτητικά συστατικά περιγράφονται ως: ανθώδες, ώριμα, φρουτώδες, αρωματικά, κλπ.

Ένα άλλο σημαντικό στοιχείο που σχετίζεται με τη γεύση του λαδιού είναι η συγκεκριμένη σύνθεση και η ποσότητα πολυφαινόλων και αρωματικών ενώσεων που περιέχει. Στον ελαιοκάρπο, το υδαρές μέρος των κυττάρων που περιστοιχίζει τα σφαιρίδια του λαδιού, περιέχει όλες τις υδατοδιαλυτές και ημιδατοδιαλυτές ενώσεις όπως πολυφαινόλες, τοκοφερόλες, γλυκοσίδια, αλδεΐδες, κετόνες, εστέρες, οργανικά οξέα, τους αρωματικούς υδρογονάνθρακες και χρωστικές όπως η χλωροφύλλη και τα καροτενοειδή. Οι πολυφαινόλες και τα γλυκοσίδια δίνουν στο λάδι το μεγαλύτερο μέρος της πικράδας και της έντονης γεύσης και μαζί με τις τοκοφερόλες προσδίδουν στο λάδι τις αντιοξειδωτικές τους ιδιότητες.

Οι χλωροφύλλες και τα καροτενοειδή προσδιορίζουν το χρώμα του ελαιοκάρπου και συνεπώς του ελαιολάδου. Η χρωστική χλωροφύλλη έχει κάποια γεύση αλλά κυρίως δίνει το πράσινο χρώμα στο λάδι. Η συγκέντρωσή τους επηρεάζεται από το στάδιο ωριμότητας του ελαιοκάρπου και την ποικιλία της ελιάς. Είναι χαρακτηριστικό ότι κατά την πρόοδο της ωρίμανσης του καρπού της ελιάς (αλληλαγή στο χρωματισμό) υπάρχουν ποσοτικές διαφορές στα πτητικά συστατικά του ελαιοκάρπου, μεταξύ διαφορετικών γεωγραφικών περιοχών.

Πάντως, η μεγαλύτερη συγκέντρωση των αρωματικών συστατικών του ελαιολάδου παρατηρείται κατά την περίοδο που ο ελαιοκάρπος έχει αρχίσει να αλληάζει χρώμα από πράσινο-κίτρινο σε μελανοιώδες. Το στάδιο αυτό συμπίπτει με τη μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε αρωματικά συστατικά απαραίτητα για την παραγωγή άριστης ποιότητας ελαιολάδου.

Ένα από τα πιο ιδιαίτερα χαρακτηριστικά μίας ποικιλίας είναι η σύνθεση σε λιπαρά οξέα. Στο ελαιολάδο, η κύρια πηγή λιπαρών οξέων είναι τα μονοακόρεστα και συγκεκριμένα το ελαιοϊκό οξύ. Εκτός από τα μονοακόρεστα λίπη το ελαιολάδο περιέχει και πολυακόρεστα και κορεσμένα λίπη. Η υπεροχή του όμως έναντι των άλλων λιπαρών υλών οφείλεται στη μεγάλη περιεκτικότητα σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα και στην ισορροπημένη περιεκτικότητα σε ακόρεστα και κορεσμένα λιπαρά οξέα.

Τα λιπαρά οξέα, οι στερόλες, οι μεθυλιωμένες στερόλες και μερικές αλκοόλες είναι μη πτητικές ενώσεις που δεν προσθέτουν στη γεύση του ελαιολάδου, αλλά μπορούν να επηρεάσουν τη ρευστότητα (ιξώδες) ή την αίσθηση του, όπως επίσης και την σταθερότητα του.



Λιπαρά οξέα

Η κάθε ποικιλία ελιάς έχει χαρακτηριστική και γενετική καθορισμένη σύνθεση λιπαρών οξέων. Τα οξέα αυτά περιλαμβάνουν το ολεϊκό οξύ (ω -9), το παλμιτικό (ω -7), το λινοθειικό (ω -6), το α-λινοθεινικό (ω -3), το στεαρικό, το παλμιτικό και άλλα που διαφέρουν από ποικιλία σε ποικιλία. Η αναλογία μεταξύ κορεσμένων, ακόρεστων και μονοακόρεστων λιπαρών οξέων είναι διαφορετική μεταξύ των ποικιλιών ελιάς και συνιστά ταυτοποιητική παράμετρο.

Αντιοξειδωτικά

Η περιεκτικότητα και η σύνθεση των αντιοξειδωτικών φαινολών όπως π.χ. της ελαιουρωπαΐνης, είναι χαρακτηριστική για τις διάφορες ποικιλίες ελιάς. Η περιεκτικότητα φυσικών φαινολών στο ελαιόλαδο εξαρτάται από την ποικιλία που προέρχεται το ελαιόλαδο. Τα συστατικά των πολυφαινολών αποτελούν δείκτες για την μελέτη των χαρακτηριστικών του ελαιοκάρπου, για τις διάφορες ποικιλίες, καθώς και για τον έλεγχο της διαδικασίας εξαγωγής του ελαιολάδου. Αποτελούν χημικούς δείκτες μεγάλης σπουδαιότητας για τον προσδιορισμό της ποιότητας του ελαιολάδου αφού είναι υπεύθυνες για την οξειδωτική του σταθερότητα. Οι τοκοφερόλες δρουν ως σταθεροποιητικός παράγοντας στην αντιοξειδωτική διαδικασία, είναι η κύρια πηγή βιταμινών στο λάδι ενώ η συγκέντρωσή τους εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το γενετικό υλικό (ποικιλία).

Ένας λόγος που το ελαιόλαδο που προέρχεται από την ποικιλία Κορωνέϊκη (για παράδειγμα), θεωρείται καλής ποιότητας είναι η υψηλή περιεκτικότητά του σε αντιοξειδωτικά.

Συστατικά μικρότερης συγκέντρωσης

Το ελαιόλαδο περιέχει και άλλα συστατικά σε μικρότερες αναλογίες (στερόλες, αλκυφατικούς και αρωματικούς υδρογονάνθρακες, υδροξυτυροσόλη, τερπενικές αλκοόλες, αρωματικά συστατικά) που έχουν βιολογική αξία. Αποτελούν συστατικά που ανευρίσκονται μόνο στο λάδι της ελιάς και επίσης χρησιμοποιούνται στον προσδιορισμό της ποιότητας του. Οι διαφορετικές ποικιλίες διαφέρουν σημαντικά στη συγκέντρωση αυτών των συστατικών μικρότερης περιεκτικότητας.



Βασικές κατηγορίες τυποποιημένου ελαιολάδου

Το τυποποιημένο ελαιόλαδο διατίθεται για κατανάλωση σε 4 βασικές κατηγορίες, οι ονομασίες των οποίων αντιστοιχούν σε φυσικοχημικά και οργανοληπτικά χαρακτηριστικά που προσδιορίζονται από Κανονισμούς του Διεθνούς Ελαιοκομικού Συμβουλίου και της Ευρωπαϊκής Ένωσης.



Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο: Είναι ελαιόλαδο ανώτερης κατηγορίας που παράγεται απευθείας από ελιές, μόνο με μηχανικές μεθόδους, με τέλειο άρωμα και γεύση και με ελεύθερη οξύτητα όχι μεγαλύτερη από **0,8%**.



Παρθένο Ελαιόλαδο: Ελαιόλαδο που παράγεται απευθείας από ελιές και μόνο με μηχανικές μεθόδους, με καλά οργανοληπτικά χαρακτηριστικά και με ελεύθερη οξύτητα όχι μεγαλύτερη από **2,0%**.



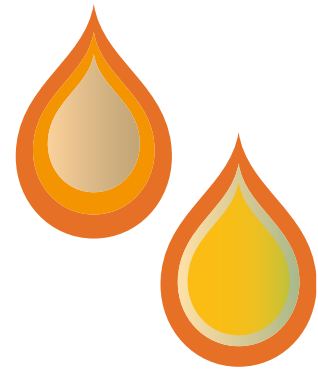
Ελαιόλαδο: Μείγμα εξευγενισμένου ελαιολάδου και βρώσιμου παρθένου ελαιολάδου, με οξύτητα όχι μεγαλύτερη από **1%**. Το εξευγενισμένο ελαιόλαδο παραλαμβάνεται με εξευγενισμό του μειονεκτικού παρθένου ελαιολάδου.



Πυρηνέλαιο: Μείγμα εξευγενισμένου πυρηνελαίου και βρώσιμου παρθένου ελαιολάδου, με οξύτητα όχι μεγαλύτερη του **1%**. Το εξευγενισμένο πυρηνέλαιο λαμβάνεται με εξευγενισμό του ακατέργαστου πυρηνελαίου.



ζυμί σε κάθε στιγμή!





ζωή σε κάθε σταγόνα!

Άλλοι τύποι ελαιολάδου



Αγουρέλαιο: Προέρχεται από άγουρες πράσινες ελιές, οι οποίες συγκομίζονται στις αρχές της περιόδου συγκομιδής (Οκτωβρίου-Νοέμβριος) και παράγεται με τη μέθοδο της ψυχρής έκθλιψης. Η διάρκεια ζωής του αγουρέλαιου δεν είναι μεγαλύτερη από 9 μήνες.

Αρωματισμένο ελαιόλαδο: Ελαιόλαδο στο οποίο «εμβαπτίζονται» διάφορα βότανα και χρησιμοποιείται, ως τρόφιμο, είτε για φαρμακευτικούς σκοπούς.





Ελαιόλαδο προϊόν Οργανικής Καλλιέργειας:

Πρόκειται για Ελαιόλαδο που προέρχεται από ελαιώνες στους οποίους εφαρμόζονται και ελέγχονται οι κανόνες που προβλέπονται για τη βιολογική (οργανική) καλλιέργεια. Όλη η διαδικασία από την ελαιοκαλλιέργεια, την έκθλιψη του ελαιοκάρπου, τη διατήρηση του ελαιολάδου και την εμφιάλωση, ελέγχονται από ειδικούς οργανισμούς πιστοποίησης. Στα ελαιόδεντρα που υπάγονται στο σύστημα της Οργανικής καλλιέργειας δεν επιτρέπεται η λίπανση με χημικά λιπάσματα και η χρήση χημικών φυτοφαρμάκων ή ζιζανιοκτόνων. Στα ελαιόλαδα αυτής της κατηγορίας πραγματοποιούνται χημικές αναλύσεις που αποδεικνύουν την έλλειψη υπολειμμάτων χημικών ουσιών στο τελικό προϊόν.

Ελαιόλαδο προϊόν Συστήματος Ολοκληρωμένης Διαχείρισης:

Ολοκληρωμένη Παραγωγή προϊόντων είναι η παραγωγή υψηλής ποιότητας προϊόντων, δίνοντας προτεραιότητα σε ασφαλείς οικολογικές μεθόδους, περιορίζοντας στο ελάχιστο τις ανεπιθύμητες ενέργειες από τη χρήση φυτοφαρμάκων, προάγοντας συνεπώς την ασφάλεια του περιβάλλοντος και της ανθρώπινης υγείας.

Η Ολοκληρωμένη Διαχείριση συνδυάζει κατά τον καλύτερο τρόπο καλλιεργητικές, βιολογικές και χημικές μεθόδους.



Άλλοι τύποι ελαιολάδου

Ελαιόλαδο προστατευόμενης ονομασίας (ΠΟΠ):

Προστατευόμενη ονομασία προέλευσης: Το όνομα μιας περιοχής, ενός συγκεκριμένου τόπου ή σε εξαιρετικές περιπτώσεις, μιας χώρας, το οποίο χρησιμοποιείται για την περιγραφή ενός ελαιολάδου:

- που κατάγεται από αυτή την περιοχή, το συγκεκριμένο τόπο ή τη χώρα αυτή

και

- του οποίου η ποιότητα ή τα χαρακτηριστικά οφείλονται ουσιαστικά ή αποκλειστικά στο ιδιαίτερο γεωγραφικό περιβάλλον που περιλαμβάνει τους εγγενείς φυσικούς και ανθρώπινους παράγοντες και του οποίου η παραγωγή, η μεταποίηση και η επεξεργασία λαμβάνουν χώρα στην οριοθετημένη γεωγραφική περιοχή.

Ελαιόλαδο προστατευόμενης γεωγραφικής ένδειξης (Π.Γ.Ε.):

Προστατευόμενη γεωγραφική ένδειξη: Το όνομα μιας περιοχής, ενός συγκεκριμένου τόπου ή σε εξαιρετικές περιπτώσεις μιας χώρας, το οποίο χρησιμοποιείται για την περιγραφή ενός ελαιολάδου:

- που κατάγεται από την εν λόγω περιοχή, το συγκεκριμένο τόπο ή τη χώρα αυτή

και

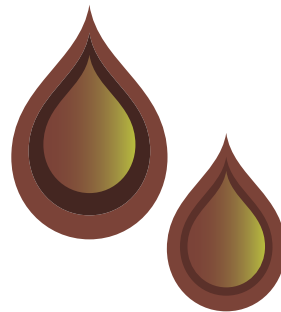
- του οποίου μια συγκεκριμένη ποιότητα, ή φήμη ή άλλα χαρακτηριστικά μπορούν να αποδοθούν στην εν λόγω γεωγραφική καταγωγή και του οποίου η παραγωγή ή/και η μεταποίηση ή/και η επεξεργασία πραγματοποιούνται στην οριοθετημένη γεωγραφική περιοχή.

Βασικό στοιχείο διαχωρισμού των ΠΟΠ από τα ΠΓΕ είναι ότι τα ΠΟΠ είναι προϊόντα των οποίων η σχέση τους με την εκάστοτε περιοχή έχει χαθεί στο χρόνο ενώ τα ΠΓΕ ανήκουν στη νεότερη ιστορία κάθε τόπου.

Τόσο η ποικιλία όσο και οι εδαφοκλιματικές συνθήκες της περιοχής καλλιέργειας είναι παράγοντες που παίζουν συνεργιστικό ρόλο στα ποιοτικά χαρακτηριστικά του παραγόμενου ελαιολάδου (οργανοληπτικά, φυσικά και χημικά). Η διάκριση της συμβολής των διαφορετικών αυτών παραγόντων, μέσω τεχνολογιών πιστοποίησης, καθίσταται ιδιαίτερα σημαντικό στην πιστοποίηση ποιότητας των ελαιολάδων Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης (Π.Ο.Π.) και Προστατευόμενης Γεωγραφικής Ένδειξης (Π.Γ.Ε.).

Κατάλογος ΠΟΠ-ΠΓΕ (Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων):

www.minagric.gr



Η σημασία της γεωγραφικής περιοχής προέλευσης ενός ελαιολάδου

Η ποιότητα του ελαιολάδου δεν εξαρτάται μόνο από την ποικιλιακή του σύνθεση αλλά και από την γεωγραφική περιοχή προέλευσης του. Συγκεκριμένα, έχει βρεθεί μεγάλη παραλλακτικότητα στην αναλογία λιπαρών οξέων στο λάδι μιας δεδομένης ποικιλίας ανάλογα με τη γεωγραφική της προέλευση. Το ίδιο ισχύει και για τις περισσότερες από τις άλλες χημικές ενώσεις που προαναφέρθηκαν. Τα χαρακτηριστικά του εδάφους (χημική και κοκκομετρική σύσταση, ιοντο-ανταλλακτική ικανότητα, συγκέντρωση οργανικής ουσίας και ανόργανων διαλυτών αλάτων, κλπ) καθώς και οι κλιματολογικές συνθήκες (αμβροθερμικό πρότυπο) αποτελούν κρίσιμους παράγοντες για τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά του ελαιολάδου.

Ιχνηλασιμότητα

Η ιχνηλασιμότητα ή ανιχνευσιμότητα (traceability) στα τρόφιμα είναι μια νέα θεματική στην Βιομηχανία Τροφίμων που έχει σαν σκοπό τον έλεγχο και την πιστοποίηση ποιότητας ολόκληρης της αλυσίδας παραγωγής και εμπορίας τροφίμων σε κάθε βήμα παραγωγής τους από το σημείο προέλευσής της πρώτης ύλης μέχρι το ράφι και το πιάτο του καταναλωτή.

Οι τεχνικές της ιχνηλασιμότητας κατηγοριοποιούνται σε δυο, στην ιχνηλασιμότητα της εφοδιαστικής αλυσίδας και στην ποιστική ιχνηλασιμότητα. Η πρώτη παρακολουθεί την φυσική ροή του προϊόντος στην εφοδιαστική αλυσίδα. Η δεύτερη χρησιμοποιεί μία σειρά από αναλυτικές τεχνικές (χημικές, βιοτεχνολογικές) για να συνάγει άμεσα συμπεράσματα για την ποιότητα του προϊόντος, προσδιορίζοντας τις φυσικές, χημικές και μοριακές ιδιότητες του.



Χρήσιμες οδηγίες για τον καταναλωτή

Επιλέξτε μικρές συσκευασίες τυποποιημένου ελαιολάδου, ώστε να διατηρούνται αναλλοίωτα τα χαρακτηριστικά του.

Λάβετε υπόψη πως η διατηρησιμότητα του προϊόντος είναι μέχρι 18 μήνες από την ημερομηνία τυποποίησης σε κατάλληλες συνθήκες και εξαρτάται από τον τρόπο διατήρησης (μέσο-συνθήκες).

Το πώμα της φιάλης ή του δοχείου πρέπει να είναι σφραγισμένο και ερμητικά κλεισμένο (ασφάλεια γνησιότητας).

Η συσκευασία πρέπει να είναι φιλική προς το περιβάλλον και ασφαλής για το προϊόν. Οι κοινοτικοί κανονισμοί επιτρέπουν τις φιάλες από υλικό PET-π्लाστικό κατάλληλο για τρόφιμα, το γυαλί και τα λευκοσίδηρα δοχεία χωρητικότητας έως 5 λίτρων.

Η εμπορική διακίνηση χύμα ελαιολάδου δεν επιτρέπεται από το νόμο, γιατί δεν πληροί τις προϋποθέσεις διασφάλισης του καταναλωτή.

Ελέγξτε αν οι συνθήκες φύλαξης του ελαιολάδου στο ράφι είναι οι κατάλληλες: να μην εκτίθεται στο φως και σε υψηλές θερμοκρασίες.

Διατηρείστε το ελαιόλαδο που αγοράζετε σε σκοτεινό (φωτοοξειδωση) και δροσερό χώρο (8-16 °C), χωρίς οσμές.

Χρησιμοποιείστε στο σπίτι όσο το δυνατόν μικρότερες συσκευασίες, για να μην έρχεται το ελαιόλαδο σε επαφή με τον ατμοσφαιρικό αέρα (οξειδωση). Είναι βασικό να κλείνετε τη φιάλη μετά τη χρήση.

Τα πολύτιμα συστατικά του ελαιολάδου είναι πολύ ευπαθή και είναι αναγκαίο να λαμβάνεται μέριμνα ώστε να διατηρηθούν αναλλοίωτα από τη συγκομιδή του ελαιοκάρπου έως την κατανάλωση του ελαιολάδου.

Λάβετε υπόψη τις αρνητικές οργανοληπτικές ιδιότητες (μούχλα, μούργα, μεταλλικό, ταγγό κ.α.).

Να είστε ενήμεροι ότι αυξάνει διαρκώς ο αριθμός των επιχειρήσεων που πιστοποιούνται κατά ISO για τις διαδικασίες παραγωγής τους, αλλά και για άλλες παραμέτρους (π.χ. προστασία περιβάλλοντος)



Ελαιόλαδο & Αγορά

Πληροφορίες για αγορές ελαιολάδου και δικτύου καταστημάτων είναι διαθέσιμες σε σχετικούς συνδέσμους στο: www.infoil.gr

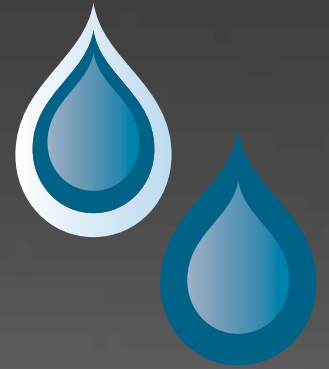
Σήμερα υπάρχουν πιστοποιημένα καταστήματα (εστιατόρια κ.α.) που χρησιμοποιούν και προσφέρουν ελαιόλαδο αποκλειστικά.

Τα πιστοποιημένα εστιατόρια όπου διατίθενται προϊόντα με εξαιρετικά παρθένο και παρθένο ελαιόλαδο της Κρήτης, υπάρχουν στην ιστοσελίδα του «κρητικού Συμφώνου Ποιότητας» www.cretan-nutrition.gr

Πληροφορίες για το δίκτυο «Ελαιογευσιές»-επιχειρήσεις εστίασης με αποκλειστική χρήση ελαιολάδου, υπάρχουν στην ιστοσελίδα του ΣΕΔΗΚ: www.sedik.gr

Η αγορά ελαιολάδου υποστηρίζει την Αγροτική Οικονομία και εμποδίζει την ερημοποίηση της υπαίθρου.





ζυμί σε τάντε τραγόνια!



infoIL

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ INFOIL LIFE08 INF/GR/581

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ INFOIL ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ, LIFE. Η ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΕΙΝΑΙ 3 ΧΡΟΝΙΑ (2010-2012) ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΟΙ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΦΟΡΕΙΣ:



ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ
ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ & ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ
(Συντονιστής δικαιούχος)
Δρ. Γεώργιος Α. Παπαδάκης
Τηλ: +30 28210 37316
Fax: +30 28210 37541
Email: gpar@dpem.tuc.gr



ΗΛΕΙΑΚΗ Α.Ε. ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΜΟΥ ΗΛΕΙΑΣ
Βασίλης Αθανασόπουλος
Τηλ: +30 26210 37146
Fax: +30 26210 37169
Email: billath@ileiaki.gr



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ
ΥΠΟΤΡΟΠΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ
ΕΘΙΑΓΕ
Δρ. Ιωάννης Μετζιδάκης
Τηλ: +30 28210 83434
Fax: +30 28210 93963
Email: imetzis@nagref-cha.gr
www.nagref-cha.gr

ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ
ΔΗΜΟΥ ΜΟΥΣΟΥΡΩΝ
ΧΑΝΙΑ-ΚΡΗΤΗ
Δρ. Μανούσος Βολάνης
Τηλ: +30 28210 42026
Fax: +30 28210 78383
Email: volanis@nagref-cha.gr
www.musuron.gr

