

ACEITE DE OLIVA

Llegó Febrero y con ello, el último día del mes, todos los andaluces celebramos nuestro día. Desde CODINAN queremos homenajear, en cierta forma, unos de los productos más valorados en todo el mundo. EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA, ya que tenemos la suerte de ser uno de los mayores productores del mismo.

Mediante este documento vamos a ofrecer una información clara sobre las cualidades del aceite para evitar errores en la elección del consumidor.

Si alguien nos pregunta las diferencias que hay entre un aceite de oliva virgen extra (AOVE), un virgen (AOV), un aceite de oliva (AO) y un aceite de orujo de oliva, seguramente nos pondría en un aprieto.

¿no se malgasta el AOVE cuando lo usamos para cocinar o es mejor sólo usarlo en crudo?, ¿qué compramos en una botella de AO?, ¿ya no aparece el ° de acidez? ¿qué significa? Y muchas más que nos podamos plantear...

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

100% zumo de aceituna. Son aceites que se obtienen de aceitunas en su momento óptimo de maduración, y solo por procedimientos mecánicos. Son aceites de máxima calidad, libres de defectos, por eso tienen excelentes características de sabor y aroma, constituyendo un deleite para los sentidos.

Basta una pequeña pérdida de calidad, ya sea en la aceituna o en cualquiera de las fases del proceso, para que este aceite se convierta en virgen.

ACEITE DE OLIVA VIRGEN

Proceden también de zumo de aceituna 100%, y poseen notables características de sabor y aroma. No obstante, no llegan al nivel de excelencia de los aceites virgen extra.

Una gran pérdida de calidad nos dará aceites de oliva virgen lampantes, no aptos para el consumo y que son obligatoriamente refinados.

A todos estos aceites se les llama vírgenes, dado que se han obtenido exclusivamente por **procedimientos mecánicos** ya sea por presión o centrifugación y sin la intervención de **ningún proceso químico**.

Hemos diferenciado 2 tipos de las 4 categorías según el Consejo Oleícola Internacional COI (extra, virgen, corriente y lampante) que responde a unos parámetros físico-químicos y sensoriales fijados a nivel mundial por el Consejo Oleícola Internacional.

¿En qué se diferencia un aceite virgen extra de un virgen?

Ambos son un producto natural y auténtico zumo de aceitunas. La diferencia está en el grado de acidez y en la puntuación que obtienen en análisis sensorial.

Un aceite de oliva virgen extra tiene un sabor y olor irreprochables o dicho de otra forma cero defectos

¿Se puede cocinar con un virgen extra? ¿El virgen extra es solo para tomar en crudo o también para cocinar?

Claro, y es lo más oportuno, ya que es el AO de mayor calidad, y tras su cocinado más se mantienen sus propiedades. Lo que sí es destacable es que en crudo es más potente en su componente vitamínica.

ACEITE DE OLIVA

Son aceites que contienen exclusivamente una mezcla de aceites de oliva refinados y vírgenes o vírgenes extra en una proporción variable. Los aceites de oliva refinados se obtienen a partir de aceites vírgenes que no han alcanzado los altos niveles de calidad que se exige a los vírgenes y vírgenes extra. En este proceso, se eliminan todos los componentes no deseados, quedando, por tanto, el aceite casi desprovisto de sabor, olor y color.

Este es el aceite que en España se ha consumido tradicionalmente y que se sigue consumiendo.

Otra cuestión importante de aclarar para el consumidor es la confusión de que acidez es igual a sabor. Efectivamente, el aceite de oliva con una acidez de 0,4° es más suave en el paladar que el de 1°. Pero el motivo es otro: al de **0,4° se le añade poco aceite de oliva virgen**, mientras que el de **1° contiene algo más de oliva virgen** y tiene por tanto más sabor. Ahora debido a las críticas recibidas y a la nueva normativa el grado de acidez ha desaparecido de su comunicación comercial y ha sido sustituido por el posicionamiento de "sabor suave / sabor intenso"

EL ACEITE DE ORUJO DE OLIVA

El orujo es el residuo de la aceituna molida y prensada, al que hay que aplicar una serie de disolventes químicos para extraer el aceite que contiene.

Evidentemente este aceite no es apto para el consumo humano. Lo que se hace es refinarlo y mezclarlo con aceites de oliva vírgenes distintos del lampante. El producto resultante es el aceite de orujo de oliva cuya acidez nunca podrá ser superior a 1,5°. Este producto de natural tiene muy poco y en ningún caso puede denominarse "aceite de oliva"

Ya que tenemos más información sobre este producto de consumo diario, debemos de elegir con conciencia este oro líquido que no en todos los casos lo es.