

## OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA DEL GARDA: LA SALUTE A TAVOLA

Sissignori, l'olio di oliva extravergine dop del Garda ha delle caratteristiche particolari ovvero equilibrate, con note fruttate di lieve o media intensità che ricordano l'erba fresca, il carciofo, il fieno, le erbe aromatiche, il cardo e che si fondono in un gusto delicato con note di amaro e piccante percepibili in gola, cui si affianca un retrogusto tipico di mandorla dolce. Sono pregi, questi, che per via delle riconosciute peculiarità derivanti dalla ricca quota in acido oleico, vitamina E e in composti biofenolici, permettono all'Olio del Garda di adattarsi a tutto tondo ai più svariati impieghi e soddisfare ampiamente ogni esigenza edonistica in fatto di gusto. Con il suo tocco di eleganza e finezza può incontrare amabilmente tutte le culture e tradizioni alimentari, adattandosi perfino a tradizioni gastronomiche diametralmente opposte. Può essere utilizzato per molte preparazioni in cucina sia a crudo che per cucinare e grazie al suo gusto delicato si abbina a molte preparazioni, è fondamentale per accompagnare piatti a base di pesce di lago, pinzimoni, carni, stracchino, formaggi magri, carne salada, carpacci di carne e pesce, verdure cotte o crude, salse, bruschette, per preparare dolci, sorbetti, gelato e tanto altro. Un dato comune è la bassa acidità. La normativa comunitaria europea stabilisce che per essere olio extravergine d'oliva la percentuale di acido oleico sia inferiore a 0,8. Il disciplinare della DOP Garda prevede regole più severe e l'acidità massima ammessa di 0,5. Il parametro ha guadagnato una notevole popolarità anche tra i consumatori, grazie alla massiccia informazione sulla correlazione fra qualità dell'olio e bassa acidità. La coltivazione della pianta dell'olivo, dal cui frutto si ottengono uno dei più preziosi ingredienti della cucina mediterranea, ha origini e tradizioni antiche. Fin dall'epoca romana, le popolazioni del Lago di Garda e delle zone limitrofe hanno coltivato questa pianta. Catullo, Bonfadio, Goethe, Carducci e D'annunzio hanno scritto della sua presenza sul grande bacino d'acqua dolce d'Italia. Grazie alla conformazione territoriale e al microclima mediterraneo, questa è la latitudine dove viene prodotto l'olio più a nord del mondo. Va comunque sfatato il mito che l'acidità possa essere percepita con l'assaggio. Le papille gustative umane non hanno i recettori per gli acidi grassi a lunga catena, qual è l'acido oleico.-----Per maggiori

info: Ufficio Stampa Consorzio

e-mail: [enrico.grazioli@gmail.com](mailto:enrico.grazioli@gmail.com)

Consorzio per la Tutela dell'Olio Extravergine di Oliva DOP Garda

È