



## PERCHÉ IL BIOLOGICO.

*La risposta è semplice: perché è buono e perché fa bene. L'olio extravergine d'oliva Bio viene estratto da olive sane e verdi, raccolte nel rispetto della pianta e soprattutto frante velocemente. Inoltre, la sua lavorazione avviene soltanto attraverso processi meccanici.*

*Da non sottovalutare l'importanza della certificazione biologica: un olio biologico può essere prodotto solo tramite l'estrazione meccanica, a freddo. Un olio EVO non consente l'uso di solventi! Per ottenere la certificazione biologica, è fondamentale attenersi al Regolamento Comunitario. L'azienda, inoltre, deve sottoporsi periodicamente a una serie di controlli da parte del Ministero dell'agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste.*



CAMPAGNA FINANZIATA  
CON L'AIUTO  
DELL'UNIONE EUROPEA



ECCE  
Bio

CONSORZIO OLIVICOLO ITALIANO  
**unaprol**

[www.eccebio.eu](http://www.eccebio.eu)

Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva europea per la ricerca (REA) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.



ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE



# Extraordinari!

**OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA  
E OLIVE DA TAVOLA BIO.  
LA BONTÀ È NELLA LORO NATURA.**



# OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA BIO. IL BUONO CHE AIUTA IL BENESSERE.

L'olio extravergine di oliva non è soltanto un alimento, ma rappresenta anche un formidabile alleato nella prevenzione di numerose patologie. Diversi studi hanno dimostrato come l'uso giornaliero possa aiutare a ridurre la presenza nel sangue del colesterolo LDL, cioè il "colesterolo cattivo" ed aumentare invece la percentuale di quello "buono", il colesterolo HDL. Consumare olio biologico EVO regolarmente - sia a tavola sia fuori dai pasti - contribuisce a ridurre la pressione arteriosa e previene le patologie di natura cardiaca. Ma non finisce qui: i polifenoli e la vitamina E presenti nell'olio di oliva extravergine, svolgono una formidabile azione antiossidante e ciò contribuisce a prevenire l'arteriosclerosi, rallentando l'invecchiamento delle cellule e della pelle. Inoltre, studi recenti hanno posto l'accento sul benessere delle persone che seguono una dieta ricca di olio EVO e di come queste accusino problemi di osteoporosi e artrite reumatoide inferiori rispetto a chi invece ne consuma poco.



## OLIVA SANA IN TERRA SANA.

Incentivare l'agricoltura biologica significa adottare un modello di produzione che eviti lo sfruttamento eccessivo delle risorse naturali, come il suolo, l'acqua e l'aria e investire su un futuro ecosostenibile. Il territorio dell'Europa mediterranea offre una grande varietà di tipologie olivicole di altissima qualità, evolute nel tempo e in contesti assai diversi per condizioni ambientali, climatiche e paesaggistiche irripetibili. Un patrimonio di straordinaria biodiversità da curare e valorizzare, alla quale ogni territorio contribuisce esprimendo differenti varietà olivarie ("cultivar"), connotate da peculiari proprietà organolettiche. La produzione europea di olive è dunque correlata da condizioni uniche evolute nel tempo, tanto da rappresentare oggi un unicum inimitabile in termini di gusto, caratteri nutrizionali e salutistiche.

## OLIO EVO BIOLOGICO. SAPERE QUALE SAPORE.

In un olio extravergine d'oliva il sapore amaro e la sensazione di piccantezza sono indici di qualità e variano in base alle cultivar da cui è prodotto l'olio. Gli aromi e il gusto devono trasmettere una percezione fruttata che cambia a seconda del grado di maturazione delle olive, delle cultivar utilizzate e può essere intensa, media o leggera. Per degustare correttamente un olio extravergine d'oliva bisogna eseguire la particolare operazione detta di "strippaggio" che facendo passare l'aria tra i denti convoglia gli aromi dell'olio nella bocca, trattenendolo per alcuni secondi ed apprezzarne tutte le caratteristiche.

Le sensazioni organolettiche posso essere descritte così:

**Fruttato:** indica il sapore "verde" del frutto perfettamente sano, fresco e colto al punto ottimale di maturazione.

**Amaro:** è il sapore caratteristico dell'olio proveniente da olive verdi e in salute.

**Piccante:** questa sensazione pungente è tipica dell'olio fresco e conservato bene.

**Armonico:** lo si percepisce se siamo in presenza di un olio dal gusto equilibrato e delicato.

