

Tekuté zlato

Ještě u vás doznívají následky vánočního a novoročního obžerství? Všechny ty skvělé kachničky, vypečené husičky, báječná ovarová kolínka, domácí špeky, klobásky a tlačanky. Tak si tentokrát dáme něco zdravějšího a nebude to suchý šrot. Je jen málo potravin, na jejichž prospěšnosti pro lidský organismus se shodnou lidé zabývající se zdravou výživou. Olivový olej, který Homér nazval tekutým zlatem, jim kraluje a rozhodně s ním v kuchyni nic nepokazíte.

Stříbrná kojná

Obsahuje 74 % nenasycených kyselin, tolik nemá žádný jiný jedlý olej. Ty příznivé ovlivňují poměry mezi škodlivým LDL cholesterolem a příznivým HDL cholesterolem, zároveň brzdí tendenci vzniku krevních sraženin a potírají nebezpečné cholesterolové nánosy v artériích. Dlouho si také uchovává důležité vitamíny (A, E, D) a draslík. Pokud tedy požíváte kvalitní olivový olej, můžete tím předejít nemocem srdce, krevního oběhu a snížit riziko onemocnění rakovinou, srdečních infarktů a mozkových mrtvic. Olivový olej také pomáhá nemocným při potížích jaterních, žaludečních nebo problémech s trávením. Příznivé účinky má díky vysokému obsahu vitamínu E i na pleť. Regeneruje a chrání pokožku před vysoušením a urychluje léčení ran, popálenin a změkčuje jizvy.

Středomořské olivovníky (*Olea Europea*) nyní rostou prakticky kolem celé zeměkoule, jak na severní, tak i na jižní polokouli, v klimatických podmínkách shodných víceméně se Středomořím. Jde o rod dvouděložných rostlin patřících do čeledi olivovníkových. Nejsou náročné na půdu, ale vyžadují dostatek slunce po dlouhou dobu, protože od květu do sklizně uplyne více než



FOTO: ARCHIV

půl roku. Stromy přežijí sucho i mírnější krátké mrazy. Národy Středomoří se přou o to, kde mají nejvyšší kvalitu olivového oleje. Každý pěstitel, podobně jako vinař, ten svůj považuje za nejlepší.

Itálie

Podobnost s vínem je i v určováních vybraných oblastí. Stejně jako jsou ve Francii, Itálii, Španělsku a dalších zemích různé vinohradnické oblasti označovány například AOC, DO, DOC, DOCG atd., jsou podobně registrovány i nejlepší sady olivovníků.

V Itálii má olivový olej nejvyšší kvalitu označení DOP (Denominazione protetta). Označení zaručuje oblast produkce a technologii pěstování a zpracování. Na Apeninském poloostrově roste 250 milionů olivovníků, z jejichž plodů se ročně vylisuje 600 tisíc tun oleje. Obecně platí, že tekutější, světlejší a méně chuťově výrazné jsou oleje z jihu, zabarvenější s výraznější chutí ze středu země a plnější s tělnatější strukturou pocházející ze severu. Ovšem v jednotlivých oblastech najdeme oleje výrazně se lišící charakteristickými

vlastnostmi, chutí, vůní i kvalitou, která je dána jak místním mikroklimatem, tak i jednotlivými odrůdami.

Například v Ligurii pěstují odrůdu Taggiascha, v Emilii Nostrana a Ghiacciola a třeba na Sardinii Tonda di Cagliari a Bosana. Jedny z nejzajímavějších italských olivových olejů pocházejí z údolí řeky Basento v oblasti Basilicata.

Španělsko, olivová velmoc

Ve Španělsku nesou olivovníkové oblasti označení DO (Denominacion de Origin). Rozlišují, zda olivovníky rostou na horách či v údolích, jestli se sklízí brzy či později, to jde potom o pozdní sběr, jako u hroznů, jaké jsou varianty a zda jde o odrůdový olej či kupáž z několika odrůd. První olivová DO oblast byla ve Španělsku vyhlášena v Les Garrigues v provincii Lleida roku 1975 a dnes je zde 33 tisíc hektarů olivovníkových sadů. Převažují varianty Arbequina a Verdial.

Největší oblastí DO je v současné době ve Španělsku Sierra del Segura v provincii Jaén s 46 tisíci hektary olivových sadů. Říká se jí také olivovníkové moře, protože sady se táhnou po náhorních planinách od obzoru k obzoru. Nejrozšířenější vysazenou variantou olivovníku je Picual. V deseti španělských oblastech pyšnicích se označením DO je 323 475 hektarů olivových sadů.

Největší kolekci různých variant olivovníků na světě mají ve španělské Córdobě, kde je Banco Mundial de Germoplasma de Olivo. Mají zde přes 400 variant z různých zemí světa. Genetické dokázali, že 262 z nich je španělského původu. Začali před patnácti lety a každý rok jim do genofondu přibývá 30 až 40 nových variant z celého olivového světa. Mimo jiné podrobně popsali