

Olio d'oliva Val di Mazara DOP

Origini e storia

Il territorio della Valle di Mazara, così definito da Romani e Bizantini, ha costituito il più vasto compartimento in cui era divisa la Sicilia, da oriente a occidente, dal Basso Medioevo al 1812, quando fu riaggregato in nove distretti raccolti in tre Valli: Val di Mazara, Val di Noto e Valdemone, con capoluoghi Palermo, Girgenti e Trapani.

Produzione e territorio

La zona di produzione comprende i territori delle province di Palermo ed Agrigento. L'affermazione dell'olivicultura nell'area, dovuta in gran parte al tipo di terreno permeabile, asciutto ma non arido, e al clima mediterraneo subtropicale, ha contribuito in modo notevole allo sviluppo economico e alle attività commerciali che hanno distinto nei secoli la zona. Le varietà degli olivi coltivati sono presenti esclusivamente nell'area interessata e gli oli che ne derivano possiedono un caratteristico aroma che viene conferito loro dalla diffusa presenza di carciofeti, agrumeti e mandorleti.

La raccolta delle olive può essere effettuata con mezzi meccanici o per brucatura. Per l'estrazione dell'olio sono ammessi soltanto mezzi meccanici e fisici atti a garantire un prodotto che presenti il più fedelmente possibile le caratteristiche qualitative contenute nel frutto. Le olive sono poi inviate ai frantoi entro 48 ore dalla raccolta dove sono sottoposte a molitura; l'olio che ne deriva viene successivamente confezionato e venduto.





In cucina

L'olio elemento denso e pastoso è il componente principale di tutti i condimenti della cucina siciliana. Costituisce il re della cucina e da solo o associato ad altri aromi inebria ed esalta i piatti dando armonia alla cucina siciliana, ma anche mediterranea.

Ma l'olio è anche un grande conservante; i meravigliosi ortaggi siciliani nell'olio mantengono integri i loro profumi e sapori. Con il sale ed il pepe condisce la pasta, il pane caldo (muffuletti, fuate, facci di vecchia, tabisca, ecc.).

È la base degli intingoli che servono ad insaporire i quarti di carne di agnello o di pecora o meglio ancora nel ravvivare la semplice bistecca ai ferri vero piacere per chi preferisce un piatto gustoso e semplice. Eccellente è anche per le frittiture (melanzane, broccoletti, carciofi, sarde, cicireddi, panelle, cazzilli, ecc). Guarnisce ed esalta le minestre delle tipiche verdure. Insomma, nella cucina siciliana, dopo il cuoco è l'elemento di cui non si può fare a meno.



Effetti salutistici

Gli effetti benefici della dieta mediterranea e dell'olio d'oliva sulla salute sono ormai noti. In particolare per la prevenzione delle malattie cardiovascolari e dell'arteriosclerosi. Non soltanto: l'olio d'oliva, o meglio la vitamina E in esso contenuta, contrasta l'invecchiamento delle cellule causato dagli effetti dei radicali liberi. La moderna cosmesi ora lo riscopre anche per la cura della pelle (per uso esterno).

Una pratica che ha origine antica. I greci e i romani utilizzavano l'olio come lozione e per i massaggi. Il fatto vale anche se si parla di pelli grasse: infatti l'olio d'oliva è la sostanza che meglio porta nutrimento e acidifica la pelle. In questo caso si consiglia di comporre la maschera di bellezza unendo a un cucchiaino colmo di farina d'avena mezzo cucchiaino di succo di limone emulsionato con un cucchiaino d'olio d'oliva. Per le pelli secche, che invece hanno bisogno soprattutto di nutrimento, la ricetta ordina un tuorlo d'uovo unito a un cucchiaino di miele e uno d'olio d'oliva.