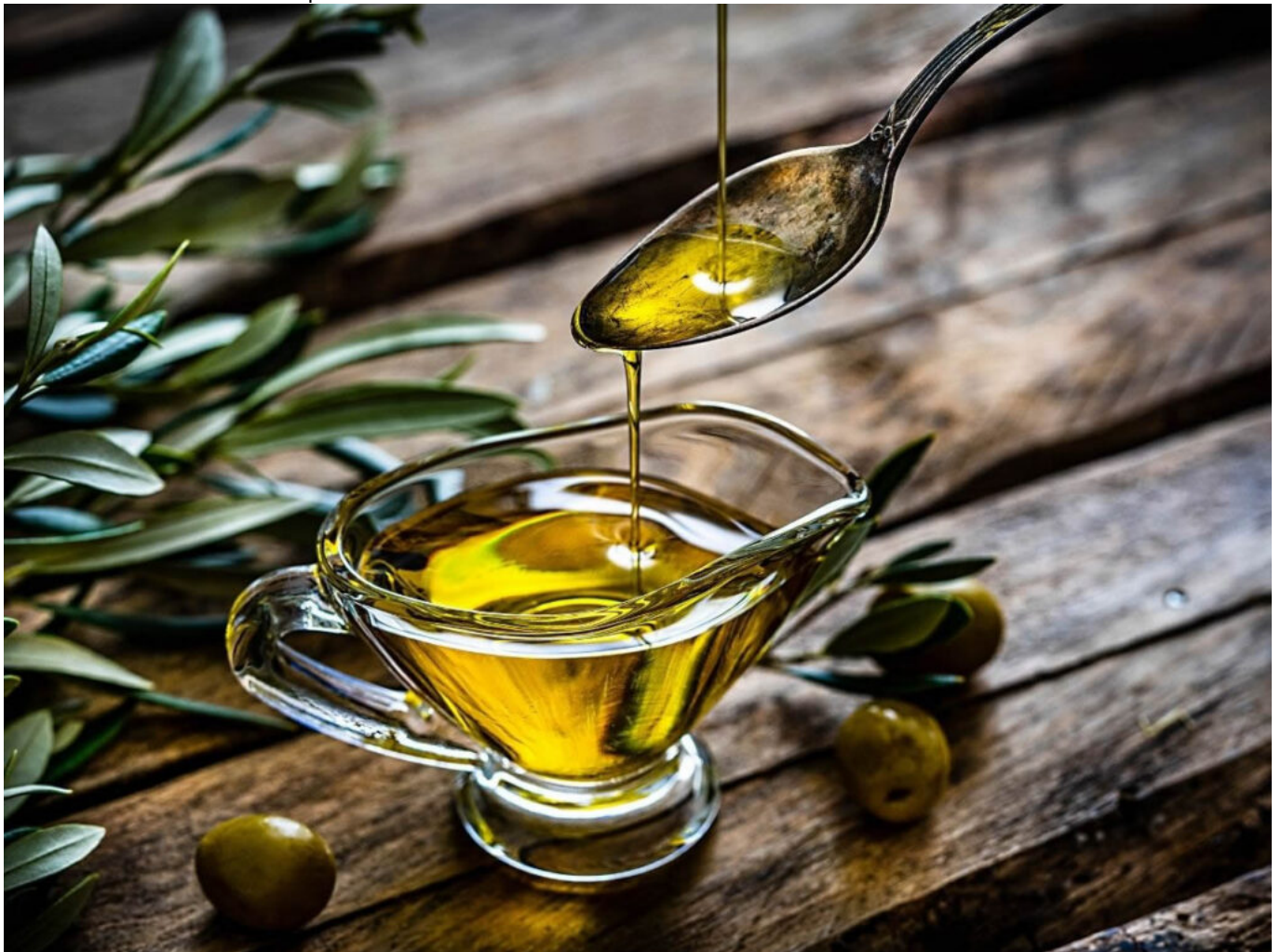


# Degustare l'olio evo: le tecniche di base

scritto da Silvia Fissore | 09/11/2021



**Non occorre essere sommelier professionisti per scoprire i sapori essenziali di un olio di oliva di qualità: piccante, amaro e fruttato. Ecco i consigli del nostro esperto Claudio Vignoli**

Sapete riconoscere le note aromatiche tipiche dell'olio extravergine di oliva? **Piccante, amaro, fruttato** sono i tre sapori essenziali che lo contraddistinguono. Tuttavia non sempre siamo in grado di intercettarli correttamente e comprenderli. Prova ne sia che in una recente rilevazione di UNAPROL è emerso che **il 50% degli italiani non è ancora in grado di riconoscere un olio di qualità**, pur essendo tra i principali consumatori di questo prodotto a livello mondiale.

## **Come scegliere un olio evo di qualità**

Anche se i professionisti, grazie alla loro esperienza, sono le figure più indicate per aiutare i consumatori a **scegliere un olio evo di buona qualità**, imparare le tecniche base della degustazione può essere utile per orientarsi nell'acquisto e per arricchire il proprio bagaglio di

cultura enogastronomica, fattore fondamentale per diventare più consapevoli riguardo anche a ciò che si porta in tavola. Ne parliamo con il nostro esperto [Claudio Vignoli](#), consulente nel settore oleario e sommelier.

«Come dico sempre - spiega Vignoli - non esiste l'olio extravergine **migliore**, esiste quello **che piace** sulla base dei gusti personali. Alcune persone, infatti, prediligono gli oli dall'aroma più delicato, altre sono portate a sceglierne uno dal profilo organolettico marcato e incisivo».

## L'importanza dell'abbinamento con gli altri ingredienti

La scelta dell'olio, in ogni caso, deve tenere conto non solo del gusto personale ma anche dell'utilizzo che se ne fa, considerando **i principi generali di abbinamento con gli altri alimenti** all'interno di un piatto o di un menu. Per fare un esempio: non sempre un olio che si esprime al meglio con una ratatouille è adatto a condire una bistecca alla fiorentina, così come un extravergine che risulta perfetto in una [Bagna Cauda](#) o in una Ribollita, piatti dal carattere rustico e dal profilo organolettico importante, può non essere ideale per accompagnare la delicatezza di un pesce bianco cotto al vapore.

Al di là del corretto abbinamento e del gusto personale, è comunque importante imparare a riconoscere le caratteristiche che distinguono un olio di pregio da un prodotto che non lo è. E su questo fronte possono venirci in aiuto le **tecniche di degustazione di base**.

## Tecniche di degustazione di base dell'olio evo

Il primo consiglio per scegliere un olio evo di qualità è quello di imparare a **coinvolgere opportunamente olfatto e gusto**, due sensi essenziali per comprendere se siamo di fronte a un extravergine di qualità e anche per intercettarne le peculiarità in modo da utilizzarlo al meglio.

**Meno importante è invece il senso della vista**, a differenza che nel vino: al di là dei difetti macroscopici del prodotto, esso infatti non è rivelatore di qualità poiché il colore dell'olio, tendente al giallo o al verde, dipende dalla varietà dell'oliva dalla quale è estratto.

Tornando a olfatto e gusto, è bene fare una precisazione importante: ovvero **distinguere tra aroma e profumo**. Anche se nel linguaggio comune spesso le parole aroma e profumo sono utilizzate come sinonimi, in ambito professionale, soprattutto in degustazione, la distinzione è fondamentale.

«Il **profumo (o odore)** - spiega l'esperto - è **percepito dai recettori situati nel naso**. Avvicinando un olio di qualità alle narici, potremo ad esempio avvertire sentori di oliva o di erba appena tagliata. L'**aroma si coglie invece nel canale di comunicazione tra il naso e la bocca** ed è quello che ci fa dire che una mela "sa di mela" o che ci fa riconoscere in un olio extravergine di oliva sentori di carciofo, di mandorla...».

Quanto al **senso del gusto**, è quello che ci trasmette informazioni quali la dolcezza, la piccantezza o la tendenza amarognola del prodotto.

«Le sensazioni percepite dal senso del gusto sono dolce, amaro, acido, salato e l'umami che si fa corrispondere al glutammato, ma che troviamo anche in alimenti quali il

[Parmigiano Reggiano](#), i funghi essiccati, l'alga kombu, la salsa di soia, il pomodoro» precisa Vignoli.

## Come prepararsi alla degustazione

Ma in quale modo possiamo coinvolgere al meglio i sensi del gusto e dell'olfatto?

«Per prepararci alla degustazione avremo cura di astenerci dal fumo per almeno 30 minuti e di non consumare altri cibi o bevande, soprattutto se questi sono “importanti” dal punto di vista organolettico» consiglia Claudio Vignoli.

**L'ambiente in cui avviene l'assaggio**, inoltre, dovrà essere più confortevole possibile e privo di interferenze sonore o di altri disturbi che possano creare disagio e distrazioni, ad esempio luci troppo forti, temperature eccessivamente basse o, al contrario, elevate.

«La concentrazione sarà fondamentale. L'olio extravergine di oliva è un prezioso e affascinante insieme di sensazioni che, quando si è in presenza di qualità, vale la pena cogliere non solo a livello percettivo, ma emotivo».

## Metodologia di assaggio

**L'olio va assaggiato usando un piccolo contenitore di vetro trasparente** che ci permetta di effettuare una prima indagine visiva, utile non a verificare la qualità, ma a comprendere la varietà delle olive di origine.

Lo verseremo quindi in un bicchierino di vetro che appoggeremo su un palmo e chiuderemo con l'altro per evitare la dispersione di una parte delle molecole odorose. Dovremo inoltre tenere il bicchierino tra le mani fino a quando non avvertiremo più la differenza di temperatura tra il liquido e la nostra pelle.

A questo punto potremo procedere annusando: in un **olio di qualità riusciremo a percepire sentori di erba fresca**, appena tagliata, di mandorla, di pomodoro verde (tipico degli oli siciliani), di mela matura o mela verde; non mancheranno anche le note floreali proprie degli oli particolarmente aromatici, quelle più legnose, di sottobosco, e naturalmente quelle di oliva verde o di oliva matura.

Dovranno essere totalmente assenti odori di morchia, di polvere, di avvinato/acetoso che sono indizio di una cattiva conservazione delle olive prima della lavorazione.

«Guai al sentore di rancido, cioè di grasso andato a male, che è uno dei difetti più gravi riscontrabili e che ci svelano che il prodotto è andato incontro a un processo ossidativo per cattiva conservazione (esposizione alla luce o ad alte temperature)» avverte Vignoli. «Attenzione anche a sentori di metallo, riscontrabili nell'olio di oliva di bassa qualità mantenuto a lungo a contatto con superfici metalliche durante la lavorazione; o al flavor di acido fenico (il classico odore di pipì di gatto, per intenderci), che è indizio di olive di cattiva qualità».

Insomma, l'odore dell'olio ci racconta moltissimo della sua origine, della sua produzione e del suo stato di conservazione.

Dopo l'esame olfattivo, è necessario **portare in bocca una piccola quantità di liquido** ed eseguire il gesto chiamato "strippaggio" che consiste nell'aprire leggermente le labbra, chiudere i denti e aspirare aria ritmicamente per 3 o 4 volte. Ciò ci permetterà di distribuire l'olio all'interno della nostra bocca, ampliando lo spettro percettivo. In ultimo possiamo deglutire l'oggetto del nostro assaggio oppure no: in ogni caso presteremo attenzione alle sensazioni che l'olio lascerà nella nostra bocca.

«Un olio di buona qualità- spiega Vignoli - potrà restituirci **al palato un piacevole gusto amaro abbinato a un sentore di piccante**, indizio che è stato estratto da olive verdi o che hanno appena iniziato a cambiare colore. Avrà invece un sapore più dolce e fruttato quando sarà ottenuto da olive più mature, con sfumature che andranno dal fruttato medio, più delicato e meno pungente, fino al fruttato maturo, che potrà anche restituire una sensazione di pizzicore nell'ultima parte della cavità orale».

Una volta acquisite queste tecniche di base, potremo iniziare a distinguere un olio di pregio da un prodotto difettoso o scadente. Impareremo anche ad apprezzare le differenze e a orientarci sia in base al nostro gusto personale sia in base agli abbinamenti con i cibi.