

De eerste olijfolie van 2010

Plukken, proeven en pssst... in Toscane

Dit verhaal neemt je mee naar een bijzonder stukje Italië. Naar Fattoria la Vialla, een landgoed middenin Toscane waar op biologisch-dynamische wijze de lekkerste producten – wijn, pasta, koekjes, sauzen, olijfolie – worden verbouwd en bereid. De broers Gianni, Antonio en Bandino lo Franco runnen het boerenbedrijf. Met hen staan we op een zonnige ochtend, eind oktober, rond de olijvenpers.

Door: Sonja van den Heuvel



deze kankerwerende stoffen te zitten dan in tomatensauzen van niet-biologische teelt. Het onderzoek naar de olijfolie en de andere producten loopt nog, maar alles wijst op een soortgelijke uitslag”.

“We eten hier geen brood met olie, maar olie met brood”

Even later zitten we aan tafel. Tijd voor de lunch.

Manden vol olijven – klein, groot, zwart, groen, paars – worden één voor één langzaam boven de pers uitgestort. Nog snel worden wat blaadjes die tijdens het plukken zijn meegekomen, weggegrist. Twee grote molenstenen malen de massa fijn. Vruchtvlees, pit: de hele olijf. De geur van vers groen vult de ruimte.

Al sinds 1958 malen deze stenen olijven. Al is het proces erna wel wat veranderd. De weg van pers tot centrifuge – waar de olie van de bittere sappen uit de olijf wordt gescheiden – is nu een gesloten systeem. Zo komt er tijdens het hele proces geen zuurstof meer bij de olie en gaat er geen smaak en geur verloren. Ook de van nature aanwezige anti-oxidanten blijven op deze manier behouden. “Onlangs zijn de eerste resultaten gepresenteerd van een onderzoek door de Universiteit van Ancona naar het anti-oxidantengehalte in onze producten”: vertelt Bandino, de jongste van de broers lo Franco. “In onze tomatensauzen bleek een aanzienlijk hoger gehalte van

Een plechtig moment. De allereerste olijfolie van 2010 – vanmorgen zaten de olijven nog aan de boom – zal worden geproefd. Ieder heeft een bord voor zich met daarop een dunne snee geroosterd ongezoeten Toscaans brood. Met een doorsneden teen knoflook wordt over het brood



gewreven. Nu is hij klaar voor de olie, die er in een dikke straal overheen wordt gegoten. “We eten hier geen brood met olie, maar olie met brood”: lacht Celine, een medewerkster van La Vialla van Duitse afkomst. Tijd om te proeven. De smaak is intens, pittig, een beetje grassig. Fris en groen. Heerlijk. Na het brood volgen een pasta en erna een salade van sla, tomaat en wortel. Bij elke gang is het de olijfolie die de hoofdrol speelt. De fles gaat rond en iedereen sprengt – of eigenlijk is gieten aan deze tafel een betere omschrijving – de olie over de gerechten. Steeds opnieuw wordt de kleur van de olie bewonderd. Zo groen als gras. Zestienduizend kilo olijven. Als we de volgende dag langs de velden rijden, vallen de olijfbomen extra op. Hun takken hangen vol olijven. Hier en daar staat een ladder tegen de boom. Een net eronder uitgespreid. Met korte soepele bewegingen worden de olijven met een paar tegelijk van boom gerist. De pluk gaat hier nog door tot half december. Alleen al op Fattoria la Vialla wordt er dagelijks zo’n zestien duizend kilo geplukt. Elke honderd kilo is goed voor zo’n tien tot vijftien liter olie, afhankelijk van de rijpheid van de olijven. Hoe rijper de olijf, hoe meer olie. Een oogst die meer dan genoeg olie oplevert om de rest van het jaar bij elke maaltijd de hoofdrol te kunnen spelen. Psst! Nu verklap ik een goed bewaard geheim: ook op onze eettafels! De producten van Fattoria la Vialla zijn namelijk ook vanuit Nederland te bestellen. Voor een vleugje Italiaanse zon in de Nederlandse winterkeuken.



Groen rijden

Voor dit artikel reed Sonja van den Heuvel in een klimaatneutrale huurauto van Sunny Cars. Via GreenSeat biedt Sunny Cars elke huurder de mogelijkheid om de schadelijke CO₂-uitstoot van de huurauto te compenseren. Dit kost vaak maar een paar euro extra. Dit geld wordt gebruikt om allerlei klimaatprojecten op het gebied van windmolenparken, waterkrachtcentrales, zonnepanelen, biogas- en compost en herbebossing te steunen. Groen gas geven dus! Kijk op www.sunnycars.nl

Handige info

Wie ook op landgoed Fattoria la Vialla wil verblijven, moet een beetje geluk hebben. De prachtige Toscaanse huizen zitten bijna altijd vol. Vooral met klanten die de producten bestellen en met eigen ogen willen zien waar al dat lekkers vandaan komt. Neem in ieder geval eens een kijkje op www.la-vialla.com Hier kun je ook de gratis productuitgave aanvragen (op zich al een cadeautje om te ontvangen!).

Gezond, gezonder, gezondst!

Olijfolie is niet alleen lekker, ook erg gezond. Bomvol onverzadigde vetzuren en een hoog gehalte aan anti-oxidanten die de veroudering van ons lichaam tegengaan en een kankerwerende werking hebben. Daarnaast bevat goede olijfolie – biologische kwaliteit, verkregen op een natuurlijke manier, ongefilterd en liefst gemalen door molenstenen – nog zo’n 220 stoffen die zorgen voor smaak, geur en gezondheidswinst. Een voorbeeldje? De lipiden in olijfolie zijn hetzelfde als in moedermelk met eenzelfde weerstandsverhogend effect.

