



Olio **Olivenöl, was Sie schon immer wissen wollten**

Im Jahr 2011 feierte der International Olive Oil Award – Zurich (IOOA) Jubiläum. Das Projekt wurde vor 10 Jahren von Olivenöl-Experten der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) initiiert und wird seitdem jährlich durchgeführt. Im Kongresshaus Zürich findet jeweils die «Gourmesse» statt. Die ZHAW stellt anlässlich dieser Veranstaltung alle im IOOA getesteten Olivenöle an der «OLIO»-Olivenbar aus. Die Auswahl umfasste im 2011 mehr als 140 verschiedene reinsortigen extra native Olivenöle sowie hochwertige Blends. Bei den Besuchern tauchten auch letztes Jahr viele Fragen auf, die nun beantwortet werden.

«Wie viele Olivensorten gibt es?»

Es gibt weit über 150 verschiedene Olivenbaumarten. Jedes Anbauland und jede Region hat seine typischen Sorten. So steht in Italien die Sorte Taggiasca für die Region Ligurien. In der Toskana sind die Sorten Frantoio, Leccino und Moraiolo vorzufinden. In Sizilien sind es vor allem die Sorten Biancollila, Cerasuola und Nocellara. Auch in Spanien gibt es regionale Unterschiede. In Andalusien sind die Sorten Picual und Hojiblanca beheimatet, während in Katalonien die Sorten Arbequina und Empeltre angebaut werden. Griechenland besitzt seine

eigenen unverwechselbaren Sorten Koroneiki, Kalamata und Mastoidis.

«Der Preis für Olivenöl kann sehr stark variieren. Wie viel muss man für ein gutes Olivenöl bezahlen?»

Natürlich ist das nur schwer zu beantworten, da der Preis eines Öls von vielen verschiedenen Faktoren abhängt, die einen objektiven Vergleich nur schwer zulassen. Dazu gehören unter anderen die Anbauregion, die Grösse des Produktionsbetriebs und die Art der Verarbeitung. Eines sollte man sich als Verbraucher bewusst machen – nämlich dass pro Oli-

venbaum im Durchschnitt nur rund drei bis vier Liter Olivenöl gewonnen werden können. Der grösste Teil, etwa 75 Prozent der Kosten, welcher für die Herstellung von Olivenöl anfällt, entsteht bei der Baumpflege und Ernte. Das heisst, dass ein niedriger Preis für ein profitables Arbeiten des Olivenbauers wenig geeignet ist.

«Dem Olivenöl wird eine gesundheitsfördernde Wirkung nachgesagt. Wie gesund ist Olivenöl?»

Olivenöl enthält, anders als verschiedene andere pflanzliche Speiseöle, ein ho-

hes Mass an gesundheitlich positiv wirkenden sogenannten Fettbegleitstoffen. Durch diverse wissenschaftliche Studien wird vor allem den Polyphenolen eine gesundheitsfördernde Wirkung zugesprochen. Diese lassen sich in die Gruppen der Phenolsäuren (z.B. Kaffeesäure), Secoiridoide (z.B. Oleuropein), Phenolalkohole (z.B. Hydroxytyrosol), Flavonoide (z.B. Luteolin) und Lignane (z.B. (+)-1-Acetyloleuropein) unterteilen. Laut der Studien sollen Oleuropein, Hydroxytyrosol und Kaffeesäure Herz-Kreislauf Erkrankungen vorbeugen, während Secoiridoide und Lignane vor Tumorerkrankungen schützen sollen. Die Inhaltsstoffe Oleuropein, Hydroxytyrosol und Tyrosol besitzen eine antimikrobielle und antivirale Wirksamkeit. Dabei ist aber zu beachten, dass gerade die Studien zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf Erkrankung und Tumorerkrankungen meist in vitro (also im Reagenzglas, als reiner Laborversuch) erfolgen. Es gibt auch die sogenannten in vivo -Studien welche am lebenden Organismus durchgeführt werden – jedoch meist bei Ratten und noch nicht am Menschen.

«Welches ist «das Beste» Olivenöl?»

Die Frage wird uns am häufigsten gestellt. Für die Beantwortung spielen aus Konsumentensicht jedoch nicht nur objektive Kriterien eine Rolle, sondern auch die jeweilige Beliebtheit, die dem Produkt entgegen gebracht wird. Dies ist der Grund, warum diese Frage dann auch von Expertenseite nicht abschliessend und verallgemeinernd beantwortet werden kann, denn jeder Verbraucher hat seine persönlichen Präferenzen, die von Konsument zu Konsument zu unterschiedlichen Beurteilungen der Produkte führen können. Zur persönlichen Orientierung auf dem Markt gibt es jedoch gewisse Anhaltspunkte, die der Konsument für seine persönliche Qualitätsbeurteilung heranziehen kann. So führt die ZHAW jedes Jahr sowohl den «International Olive Oil Award – Zurich (IOOA)» durch – dabei handelt es sich

um eine objektive Qualitätsbeschreibung der Öle durch trainierte Prüfpersonen – als auch den Konsumententest «OLIO» – eine Beurteilung der Beliebtheit der Öle. Wenn man die Gewinner aus beiden Events betrachtet, hat man einen guten Überblick über sowohl qualitativ hochstehende als auch gleichzeitig beim Konsumenten beliebte Produkte – quasi «die Besten» unter den betrachteten Olivenölen. Derartige Gegenüberstellungen werden von der ZHAW anlässlich der Bekanntgabe der Gewinner von IOOA

Information

Sämtliche Informationen zum Event International Olive Oil Award – Zurich und OLIO sowie Details bzgl. Reglement und Anmeldebedingungen können Sie unter www.oliveoilaward.ch abrufen.

Im Falle von Fragen nehmen Sie bitte Kontakt auf mit: iooa.ilgi@zhaw.ch.



Martin Popp, Wissenschaftlicher Assistent ZHAW an der Olivenölbar anlässlich der Gourmesse 2011.

und OLIO jeweils gemacht. Für das Jahr 2011 finden Sie diese in Heft 8/2011, Seiten 58/59 des Magazins Salz&Pfeffer. Auf diese Weise informiert und gestützt,

macht es sicherlich Spass und ist ein grosser Genuss, verschiedene Öle auszuprobieren und schlussendlich seinen Favoriten als «bestes» Olivenöl zu küren. ■

Autoren

Annette Bongartz, Dozentin / Leitung Fachstelle Sensorik

Martin Popp, Wissenschaftlicher Assistent

ZHAW – Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Department Life Sciences und Facility Management (LSFM)

Institut für Lebensmittel- und Getränkeinnovation (ILGI)

Fachstelle Sensorik

www.ilgi.zhaw.ch/sensorik – www.oliveoilaward.ch