

Nettoyage:

Les olives triées sont débarrassées des feuilles et brindilles puis lavées à l'eau froide.



Broyage:

Se fait par des meules ou broyeurs sur les olives non dénoyautées, le noyau contient un antioxydant, conservateur naturel.

Malaxage:

Complète l'effet de cisaillement du broyage pour libérer le maximum d'huile

Extraction:

Séparation de la partie solide (grignons) de la partie fluide (Huile et Margines).

Décantation ou centrifugation:

L'huile est séparée des margines par décantation naturelle ou bien par centrifugation grâce à leur densité différente.

Différentes huiles d'olives Vierges:

Huile d'olive Vierge extra: est une huile dont le taux d'acidité oléique n'excède pas 1%.

Huile d'olive Vierge: est une huile dont le taux d'acidité oléique n'excède pas 2%.

Huile d'olive Vierge courante: est une huile dont le taux d'acidité oléique n'excède pas 3,3%.



Un peu de l'histoire:

L'origine de l'olivier est imprécise: d'apparition préhistorique. L'olivier serait originaire de l'Asie Mineure méridionale ou il est très répandu à l'état sauvage.

La culture de l'olivier remonterait à 3000 ans avant J.C en Palestine, Syrie et Phénicie et se serait répandu surtout en Grèce en passant par l'Anatolie avant de s'étendre sur tout le bassin méditerranéen ou d'autres hypothèses situent son origine.

Obtention de l'huile d'olive:

L'huile d'olive est un produit naturel obtenue à partir du fruit de l'olivier par des procédés mécaniques ou physiques dans des conditions thermiques qui permettent de maintenir la composition et les caractéristiques organoleptiques de l'huile telles qu'on les trouve dans le fruit.

L'huile d'olive Vierge est donc le jus huileux d'un fruit "l'Olive". C'est la seule huile qui peut être consommée directement telle qu'elle sort du fruit.

L'élaboration de l'huile d'olive Vierge est le résultat d'une suite d'opérations, au cours de laquelle on prête une attention particulière depuis les soins de l'olivier sur le terrain jusqu'au moulin et au stockage.

A son arrivée à l'huilerie, l'extraction de l'huile doit avoir lieu dans les plus brefs délais.

L'huile d'Olive et la Santé



**l'Institut Technique de l'arboriculture
Fruitières et de la Vigne
ITAF
Et
Conseil Oleicole International**



L'huile d'Olive et la Santé

La consommation d'huile d'Olive permet déliminer les toxines, stimule le métabolisme favorise la digestion, abaisse le taux de cholestérol et prévenir le dessèchement de la peau. Chez l'enfant, elle



favorise la croissance osseuse et la calcification du squelette. Les principaux effets bénéfiques de l'huile d'Olive sur la santé peuvent être résumés comme suit:

1 Appareil circulatoire:

Elle aide à prévenir l'artériosclérose et ses risques, l'hypertension artérielle, l'infarctus du myocarde, l'insuffisance cardiaque, l'insuffisance rénale et les hémorragies cérébrales.



2 Appareil digestif:

elle améliore le fonctionnement de l'estomac, du pancréas, des intestins, du foie et des voies biliaires.

3 Peau:

effet protecteur et tonique de l'épiderme grâce à sa teneur en vitamine E et à ses effets antioxydants.

4 Système endocrinien:

Elle améliore les fonctions métaboliques de l'organisme. Les populations méditerranéennes, qui sont celles qui consomment le plus d'huile d'Olive, souffrent moins d'obésité (moins 10%) et présentent un taux de mortalité par maladie cardio-vasculaire inférieur à celui des pays anglo-Saxons (environ 30%).



5 Système Osseux:

Elle stimule la croissance et favorise l'absorption de calcium et la minéralisation. Elle joue un rôle important au cours de la période de croissance et dans la prévention de l'ostéoporose.

6 Cancer:

Effet protecteur face à certaines tumeurs (sein, prostate, colorectal, endomètre) grâce à l'action des acides gras qui résistent à la peroxydation et grâce à la présence de composés mineurs.



7 Radioactivité:

L'huile d'Olive a été introduite dans le régime alimentaire des astronautes depuis qu'on a découvert qu'elle permettait d'augmenter la protection face à la radioactivité.



8 Alimentation infantile:

c'est la graisse naturelle qui ressemble le plus, aussi bien pour sa composition que pour sa digestibilité, à celle du lait maternel.

9 Vieillesse:

On a observé le rôle protecteur de l'huile d'olive face au vieillissement cérébral et de façon expérimentale, une augmentation de l'espérance de vie.

