



Η βιολογική αξία του ελαιολάδου

Το ελαιόλαδο είναι ένα φυτικό έλαιο με υψηλή θρεπτική (αποδίδει 9,3 Kcal/gr), και βιολογική αξία.

Χαρακτηρίζεται από:

- Υψηλή περιεκτικότητα σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα.
- Ιδανική σχέση κορεσμένων και μονοακόρεστων λιπαρών οξέων.
- Υψηλή περιεκτικότητα σε λινελαϊκό οξύ, που καλύπτει σε μεγάλο ποσοστό τις απαιτήσεις του οργανισμού σε ουσιώδη λιπαρά οξέα.
- Καλή σχέση μεταξύ βιταμίνης E και πολυακόρεστων λιπαρών οξέων (λινελαϊκό οξύ).
- Παρουσία φυσικών αντιοξειδωτικών ουσιών σε άριστη συγκέντρωση (φαινολικές ουσίες, τοκοφερόλες, β-καροτένιο κλπ).
- Μεγάλη περιεκτικότητα σε υδρογονάνθρακα σκουαλένιο.
- Μεγάλη περιεκτικότητα σε φυτοστερόλες, κυρίως β-σιτοστερόλης.

Τα παραπάνω πολύτιμα συστατικά είναι πολύ ευπαθή και θα πρέπει να λαμβάνεται μέριμνα ώστε να διατηρηθούν αναλλοίωτα σε όλη την διαδρομή από την συγκομιδή του ελαιοκάρπου ως και την κατανάλωση του ελαιολάδου.



ΕΘΙΑΓΕ

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ
ΥΠΟΤΡΟΠΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ



ΕΘΙΑΓΕ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ
ΥΠΟΤΡΟΠΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΙΑΣ & ΥΠΟΤΡΟΠΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ

ΧΑΝΙΩΝ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟΥ

Τηλ: 28210 83437, Fax: 28210 93963

email: estefan@nagref-cha.gr

Παραγωγή ποιοτικού ελαιολάδου



INTERNATIONAL OLIVE COUNCIL



ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΗ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ
ΧΑΝΙΩΝ



Το ελαιόλαδο είναι από τα σημαντικότερα αγροτικά προϊόντα, μεγάλης οικονομικής και κοινωνικής σημασίας για τη χώρα μας. Η Ελλάδα κατέχει την 3η θέση παγκοσμίως ως ελαιοπαραγωγός χώρα μετά την Ισπανία και την Ιταλία με ετήσια παραγωγή που φτάνει τους 330.000 – 420.000 τόνους.

Η Κρήτη παράγει περίπου 150.000 τόνους ελαιολάδου και το 95% είναι εξαιρετικό παρθένο. Αξίζει να σημειωθεί ότι η Ελλάδα κατέχει τη μεγαλύτερη μέση κατανάλωση ελαιολάδου ανά άτομο στον κόσμο, με 21 κιλά το χρόνο και σε ορισμένες περιοχές της Κρήτης υπερβαίνει τα 25 κιλά ανά άτομο.

Ποιότητα ελαιολάδου

Είναι άμεσα συνδεδεμένη με:

- Ποικιλία ελαιοδέντρου.
- Εδαφοκλιματικές συνθήκες.
- Καλλιεργητικές φροντίδες (κλάδεμα, λίπανση, άρδευση), για να διατηρείται το ελαιόδεντρο στην καλύτερη δυνατή φυσική κατάσταση, ώστε να μπορεί να μας αποδώσει καλής ποιότητας και υγιείς καρπούς.
- Ορθή εφαρμογή φυτοπροστασίας. Σκοπός η αποφυγή της υποβάθμισης της ποιότητας του ελαιολάδου και η ελαχιστοποίηση των υπολειμμάτων των φυτοφαρμάκων.
- Βαθμός ωριμότητας του ελαιοκάρπου κατά την συγκομιδή. Κατάλληλη εποχή συγκομιδής είναι όταν η επιδερμίδα του ελαιοκάρπου αρχίζει να αλλάζει χρώμα από πράσινο-κίτρινο προς μελανοιώδες.
- Τρόπος συγκομιδής. Να αποφεύγεται ο τραυματισμός των καρπών και η άμεση επαφή τους με το έδαφος.



• Εφαρμογή ορθών πρακτικών επεξεργασίας.

- Ελαχιστοποίηση του χρόνου μεταφοράς και αποθήκευσης του ελαιοκάρπου μέχρι την εξαγωγή του ελαιολάδου (σε διάτρητα πλαστικά τελάρα ή σε σακιά με αραιή ύφανση).
- Ορθή λειτουργία των ελαιουργείων. Εφαρμογή των ορθών πρακτικών με τον εντοπισμό των κρίσιμων σημείων για την ασφάλεια (HACCP) και την διαχείριση της ποιότητας του ελαιολάδου (ISO).
- Τήρηση των απαιτήσεων της νομοθεσίας όσον αφορά τη χωροθέτηση, το σχεδιασμό, την κατασκευή και τη συντήρηση του κτιρίου και των όρων υγιεινής και καθαριότητας του ελαιοτριβείου και του προσωπικού του.
- Επεξεργασία του ελαιοκάρπου και παραλαβή του ελαιολάδου με αυστηρά ελεγχόμενες συνθήκες:
 - Διατήρηση χαμηλής θερμοκρασίας κατά τη μάλαξη της ελαιοζύμης και τον διαχωρισμό του ελαιολάδου. Η αυξημένη θερμοκρασία επηρεάζει αρνητικά τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά του ελαιολάδου.
 - Ο χρόνος μάλαξης της ελαιοζύμης να μην ξεπερνά τον ορθό χρόνο ανάλογα με την ποικιλία της ελιάς.

- Να αποφεύγεται η επαφή της ελαιοζύμης με τον ατμοσφαιρικό αέρα. Έτσι διατηρούνται τα φυσικά αντιοξειδωτικά του ελαιολάδου και τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά του.
- Οι μεταλλικές επιφάνειες των μηχανημάτων του ελαιουργείου να είναι κατασκευασμένες από ανοξείδωτα υλικά.
- Το νερό που χρησιμοποιείται στο ελαιουργείο να έχει την ποιότητα του πόσιμου νερού.



Ένας τρόπος ελέγχου των φάσεων κατά την επεξεργασία του ελαιοκάρπου και ρύθμισης των απαιτούμενων παραμέτρων με ταυτόχρονη καταγραφή τους είναι η εφαρμογή του συστήματος «Ηλεκτρονικού Ελέγχου Ελαιουργικών Συγκροτημάτων», που έχει ήδη δοκιμαστεί με επιτυχία στο Ινστιτούτο Ελιάς και Υποτροπικών Χανίων.

• Αποθήκευση

- Η αποθήκευση του ελαιολάδου πρέπει να γίνεται:
- Ανάλογα με την ποιότητά του σε μικρές δεξαμενές, κατασκευασμένες από αδρανές υλικό (ανοξείδωτο χάλυβα).
 - Σε χώρους καθαρούς, απαλλαγμένους από οσμές, που να αερίζονται εύκολα και η θερμοκρασία περιβάλλοντος να διατηρείται σε χαμηλά επίπεδα μέχρι 18°C.
 - Η διοχέτευση αζώτου στον ελεύθερο χώρο των δεξαμενών κρίνεται ως βέλτιστη συνθήκη για την απομάκρυνση του οξυγόνου και την αποφυγή της οξείδωσης του ελαιολάδου.
- ### • Τυποποίηση
- Η τυποποίηση του ελαιολάδου σε κατάλληλα δοχεία είναι βασική προϋπόθεση για την καλύτερη διατήρηση και διακίνησή του.
- Τα μέσα που χρησιμοποιούνται σήμερα για την τυποποίηση του ελαιολάδου είναι:
- Λευκοσιδηρά δοχεία
 - Πλαστικά δοχεία (P.E.T.)
 - Γυάλινα δοχεία
 - Χάρτινα κουτιά με επένδυση από φύλλο αλουμινίου.
- Το παρθένο ελαιόλαδο λόγω της σύστασής του μπορεί σε κατάλληλες συσκευασίες και συνθήκες περιβάλλοντος (απουσία φωτός και οξυγόνου) να διατηρήσει τα φυσικοχημικά χαρακτηριστικά του για μεγάλο χρονικό διάστημα μέχρι και 18 μήνες.

