



## REISE

Når vi reiser på tur, blir det gjerne relativt kortreiste artikler som stor sett handler om sunne råvarer.

Tekst og foto

**Anne Katrine Paulsen**

# OLJEN FRA OLIVEN

«Taggiasca» heter den, Anna Ardoinos eldgamle olivensort, som hun dyrker i Ligurias solstekte, stupbratte høyder. Oljen serveres på flere av verdens topprestauranter.



Over 750 millioner oliventrær dyrkes på verdensbasis, hvorav 95 % omkring Middelhavet. Ca. 93 % av den globale produksjonen kommer fra EU: 93 % fra Italia, Spania, Tyrkia og Hellas.

Produksjon av jomfruolje  
En kaldpresset olje produseres gjerne under små forhold, med enkelt utstyr og enkle metoder. T.v. ser du japanske Keisuke Matsushima, som kjøper olje av Anna til sin Michelin-restaurant «Keisuke Matsushima» i Nice.

**F**rukten fra Taggiasca-trærne gir hva mange mener er verdens beste olivenolje. Det særegne med oljen er dens florlette munnfølelse, takket være lavt syreinnhold, og smaken som er blomsteraktig og likevel pikant, uten å føles sterk i halsen. Dette er en olje som virkelig egner seg til alt. Bøndene som dyrker den, og restaurantene som serverer den, dynker den over alt mellom himmel og jord, fra kaker til oster, bønner og kjøtt. Oljen hever smaken på alt den underlegger seg. Og alt oljen underlegger seg, hever oljen. Det perfekte samspill



### Ekstra om Èxtra

Oljer, balsamico og ulike grønnsaker på glass i olje, produseres under merket Èxtra på gården Moltedo i Liguria. Du kan lese om produktene og handle produkter via nettsiden [extrafood.it](http://extrafood.it).

I selve byen Imperia leier Anna og vennene ut flere koselige, funksjonelle rom og en deilig bungalow. Det er utsikt over byen, skygge fra oliventrær, svømmebasseng, solsenger og utekjøkken. Reiser arrangeres gjennom Arild Odden, epost: [Arild.Odden@relations.no](mailto:Arild.Odden@relations.no), eller se

*Oljen hever smaken på alt den underlegger seg.  
Og alt oljen underlegger seg, hever oljen.*

mellom råvarer, enten maten lages i Italia, Singapore, Monte Carlo. Anna og de tre barnsvennene som har satset på å bygge opp en egen merkevare.

### Mattradisjoner

Ligurias landskap er bratt. Alpene skjermer for vinder fra nord. Det liguriske hav gir fukt fra sør. Jordsmonnet er fullt av næring. Solen på himmelen brenner det karrige landskapet.

I området lever geiter og villsvin, og du ser en og annen ørn i det blå. Alt i alt er dette det perfekte mikroklimaet for taggiasca-frukten. Den liker nemlig å leve hardt.

### Oljen i historien

Olivenolje blitt brukt til religiøse ritualer, medisiner, brensel i oljelamper, såper og hudpleie. Vill oliven ble plukket allerede i neolittisk tid, så tidlig som 8000 f.Kr. Det eksisterer et utbredt syn om at den første dyrkingen av et oliventre fant sted på øya Kreta, kanskje allerede før 4000 f.Kr. Mange antikke presser eksisterer fortsatt i regionen rundt det østlige Middelhavet, og noen av de fra romertiden brukes den dag i dag. Mange steder er det også de samme olivensortene som dyrkes i dag – som for eksempel Taggiasca.

### DOC-merking

Det internasjonale olivenoljerådet (IOOC) er en mellomstatlig organisasjon basert i Madrid, med totalt 23 medlemsland. Den promoterer olivenolje rundt i verden ved å følge med på produksjon, definere kvalitetsstandarder og overvåke ektheten til de forskjellige oljene. De italienske myndighetene regulerer bruken av ulike BGB-merkeordninger for olivenolje i samsvar med EU-regulerte lover. Olivenoljer som dyrkes i følgende regioner blir gitt merket *Denominazione di Origine Protetta (DOP)* (beskyttet opprinnelsesbetegnelse): Apurino Pescarese, Brisighella, Bruzzio, Chianti, Colline di Brindisi, Colline Salernitane, Penisola Sorrentina, Riviera Ligure og Sabina. Olivenolje fra Chianti-regionen har i tillegg kvalitetsstempel *Denominazione di Origine Controllata (DOC)* ved siden av DOP-merket.

Under besøket på olivengården fikk vi litt vin på pickuperen før vi ble med og høstet oliven sammen med bonden Mario Aresi. Etterpå spiste vi lunsj, og fikk en klunk spennende, hjemmelaget grappa.



## Byen Imperia og regionen Liguria

Liguria er en kystregion i nordvest-Italia, og landets tredje minste. I sydvest grenser den til Det liguriske hav. Regionen har et areal på 5 410 km<sup>2</sup> og en befolkning på 1,76 millioner. Liguria er inndelt i fire provinser: Genova, Imperia, La Spezia og Savona. Allerede i romertiden ble regionen betegnet som Liguria. I middelalderen var den delt opp i en rekke bystater, den mest kjente var republikken Genova, som ved slutten av det 13. århundre underla seg hele dagens region. Fra 1797–1815 var området okkupert av Frankrike, og ble deretter en del av Kongeriket Sardinia, som i 1861 ble til Kongeriket Italia. Liguria omfatter den italienske riviera, med blant annet Cinque Terre, og er kjent for sin vinproduksjon. Hovedstaden i regionen er Genova. Imperia er en by på den italienske rivieraen med cirka 40 000 innbyggere. Imperia er hovedstad i provinsen Imperia i regionen Liguria i Italia. Byen er delt i to bydeler, den moderne Oneglia og den svært gamle bydelen Porto Maurizio.

### Annas pappa

Ardoino-familien har også vært i gamet en stund, men det var Annas far og tante Palmitta, som virkelig satte familienavnet på kartet da de i 1980 både satte olivenoljesmaker i system, og etablerte skolen Onao, den første skolen i sitt slag i verden, for utdanning av olivenoljeksperter.

### Veldig sunt og veldig godt

Epidemiologiske studier viser at en høyere andel enumettede



Imperia er en by på den italienske rivieraen med ca. 40 000 innbyggere. Imperia er hovedstad i provinsen Imperia i regionen Liguria i Italia. Byen er delt i to bydeler, den moderne Oneglia og den gamle bydelen Porto Maurizio.

fettsyrer i kostholdet har en sammenheng med redusert risiko for hjertesykdom. Tidligere forskning viser at konsum av olivenolje kan gi helsemessige fordeler for hjertet, slik som positive effekter på kolesterolregulering og kolesteroloksydasjon både hos dyr og mennesker. Jeanne Calment, som innehar rekorden for lengste bekreftede levetid, forklarer sin høye alder og relativt ungdommelige utseende med olivenolje, som hun skal ha helt over all sin mat, og fuktet som hud med. I Italia spiser hver innbygger i snitt 12,35 kilo olje i året (kun overgått av spanjolenes 13,62 kilo). Ikke rart, med så utsøkte oljer. Regionen er kjent for sin såkalte fattigmannskost, og ligurene selv er stolte av sin enkle matkultur. Det at rettene er enkle, og at middelhavets matkultur er blitt oppført på Unescos kulturminneliste, er en cocktail folket kan være stolt av. I Liguria nytes en enkel skinke (med olivenolje), en grønn eller hvit bønnesalat (med olivenolje), en skarp chévre (med olivenolje), en myk, bakt aubergine (med olivenolje) og en lokal pastarett (med olivenolje). Maten posjoneres nærmest i andektighet, serveres den enkelte med en fredlige håndsuttrekkelse, og nytes lenge og vel akkompagnert av vin og venner. Slik den alltid har.



Anna og vennene lager ikke bare kvalitetsolje, men balsamico og grønnsaker som er lagt ned på olje i glass – sjekk extrafood.it.