

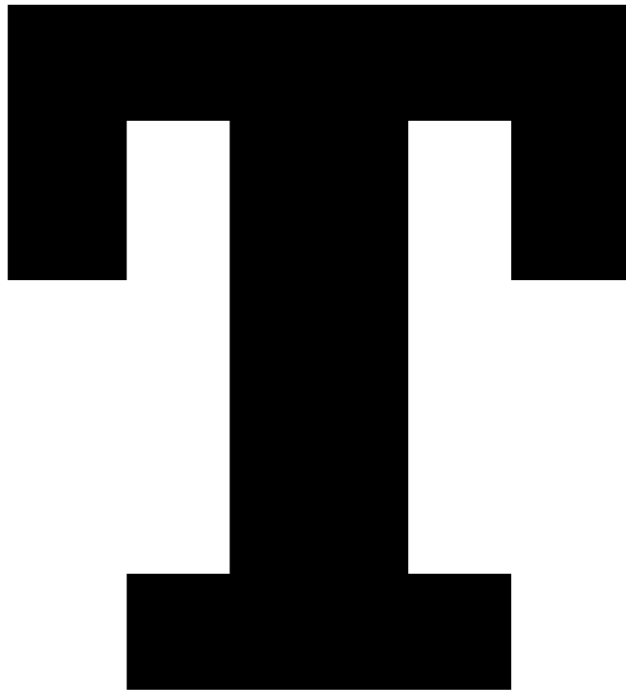
Met  
recepten

Olijfolie

# VLOEIBAAR GOLD

Al eeuwenlang wordt in de Zuid-Spaanse provincie Córdoba olijfolie van hoogstaande kwaliteit geproduceerd. España & más reisde voor de eerste oogst van het jaar af naar het mekka van wat de oude Romeinen al vloeibaar goud noemden. Wijn proeven? Ben je mal, in Córdoba proeven ze olie. En het smaakt er goddelijk.

TEKST: ANNEBETH VIS



Twee mannen prikken onder een strakblauwe lucht met wat zich nog het best laat definiëren als een *rastrillo vibrator* (vibrerende hark) tussen de takken van een olijfbom. Bij bosjes komen de vruchten naar beneden vallen. De meeste zijn half groen, half rood van kleur. Ze worden opgevangen met een zwart net, dat keurig rond de stam van de boom is gespreid. Donkerpaarse, bijna zwarte olijven, groter en vleziger, zijn reeds van de boom gevallen en liggen her en der verspreid op de grond. Die zijn onbruikbaar, want de olie die deze aceitunas bevatten is onbewerkt niet geschikt voor consumptie. En eenmaal bewerkt mag dit geen olijfolie heten, zo drukken degenen die het kunnen weten me op het hart. De gevulde netten worden geleegd in witte emmers, iets verderop. Deze handmatige manier van oogsten is tijdrovend, maar de Picual-bomen, de meest voorkomende soort in Spanje, zijn nog jong en dus is het beter ze niet te hard te lijf te gaan.

### Schrale oogst

We zijn in de buurt van Baena, een stadje in de Zuid-Spaanse provincie Córdoba dat wereldwijd bekendstaat om de hoge kwaliteit olijfolie die er wordt geproduceerd. Dat is al meer dan tweeduizend jaar zo. De Feniciërs plantten de eerste olivos in de streek. Volgens sommige historici is de naam Córdoba afkomstig van het woord *corteba*, waarmee olijfoliemolen werd bedoeld. Sindsdien kenmerkt het heuvellandschap rond Córdoba zich door olijfbomen, olijfbomen en nog eens olijfbomen. Er zijn bronnen waaruit blijkt dat niemand minder dan Julius Caesar olijfolie uit Córdoba naar Rome liet halen. Die stond bekend als de beste olie van het Romeinse rijk. Een al te best jaar is het niet geweest. Lange tijd bleef het droog en hoewel olijfbomen buitengewoon goed tegen droogte - en hitte - kunnen, is een beetje regen op zijn tijd bevorderend. En juist toen het moment van de eerste pluk was aangebroken, kwam het plotseling met bakken uit te hemel, waardoor de olieproductie van de olijven stagneerde. De eerste pluk, *el envero*, moest worden uitgesteld en de opbrengst is lager dan andere jaren. Bovendien zijn veel olijven straks overrijp en kunnen ze volgens liefhebbers van kwaliteit worden afgeschreven.

### Oude bomen

Juist de eerste, nog groenige olijven leveren de allerbeste olie. Dat weet ook Manuel Heredia Halcón, Markies van Prado en eigenaar van Cortijo Suerte Alta, waar bio-olijfolie wordt gemaakt. Het waren zijn grootouders die hier in 1924 de eerste olijfbomen plantten. Ze zetten verschillende stronken bij elkaar en in de loop der jaren werd steeds de minst sterke weggehaald. Op dit moment staan de bomen in groepjes van twee of drie en in sommige gevallen is er nog maar één stam over. Tegenwoordig worden de bomen weliswaar op minder afstand van elkaar geplant, maar

nooit meer in een groepje. We stappen weer in zijn chique four-wheel drive om op zoek te gaan naar arbeiders die de olijvenpluk op minder handmatige wijze uitvoeren. Al snel onderscheiden we in de verte een grote plastic waaier, een soort uitschuifbare, omgekeerde paraplu, die om de stam van de boom wordt gelegd. Het mechanisme wordt aangestuurd door een tractor, die de stam aan het schudden brengt. De omgekeerde plu vangt de olijven op. Elders op het terrein bedienen de arbeiders zich van nog een derde techniek: met stokken slaan ze olijven uit de bomen.

### Guggenheimmolen

Genoeg rondgereden in de gaarden. Tijd om een kijkje te nemen in de molen. Geen traditionele molino, waarbij de ezel de molenstenen trekt die de olijven tot pulp malen, nee, de 'molen' van Cortijo Suerte Alta blijkt van een heel ander kaliber. De concurrent en bevriende onderneming drie kwartier rijden verderop heeft het zelfs over het 'Guggenheim' onder de olijfolieproducenten en waarom zal blijken als we eenmaal binnen zijn. Deze 21<sup>e</sup>-eeuwse 'molen' is een vernuftige, glimmende werkplaats waar de olijven van de takken en blaadjes worden gescheiden, om vervolgens tot pulp te worden gemalen. De olie wordt uit de olijven gewonnen en opgeslagen in grote roestvrijstalen vaten. Dat alles gebeurt binnen enkele uren na de oogst. Manuel vertelt hoe belangrijk de temperatuur - hier 25 graden - is waarbij de olie wordt verkregen. Volgens het kwaliteitskeurmerk de *denominación de origen*, mag deze niet hoger zijn dan 27 graden, zodat geur, smaak en gezonde werking behouden blijven, hoewel een hogere temperatuur ook meer opbrengst betekent.

### Net sinaasappelsap

Een paar uur later - en flink wat slokken olijfolie verder - zitten we bij Finca Duernas. Ook dit is een familiebedrijf. De eerste bomen werden geplant door de grootouders van de huidige eigenaars José Maria en Soledad Serrano-López. Hun grote trots is de Duernas' Oleum, waarvoor de Catalaanse Arbequina-olijf wordt gebruikt, in combinatie met de lokale Picual-olijf. Want de Arbequina heeft een minder bittere smaak, omdat deze minder antioxidanten bevat, en na het bottelen van de olie verdwijnen die bovendien sneller. Door olie van Picual-olijven toe te voegen, verliest de Duernas' Oleum, die vrijwel direct na de oogst gebotteld wordt, de fruitige smaak met evengoed pittige nasmaak niet.

'Het is net als versgeperste sinaasappelsap. Die wil je toch ook het liefst meteen opdrinken en laat je niet eerst weken rotten?', vraagt Soledad. Ik zit er klaar voor: het proeven van de superverse, nog niet eens gebottelde Arbequina-olijfolie. Ze legt ons uit hoe het moet. Het pootje van het wijnglas - dezelfde glazen worden gebruikt voor het

## OLIJFOLIE RECEPTEN

### MAGDALENAS

**1 kg zelfrijzend bakmeel / 1 kg suiker / 950 ml olijfolie extra virgen / 20 eieren / citroenrasp van twee citroenen / sinaasappelschil / suiker ter decoratie**

Verhit de olie met de sinaasappelschil, haal door een zeef en laat afkoelen. | Kluts de eieren met de olie, voeg de suiker en de citroenrasp toe en meng met het bakmeel. | Vul met behulp van een lepel of een roemspuit de cupcake bakjes tot 3/4. | Strooi er wat suiker overheen. | Plaats in de voorverwarmde oven op 190 graden gedurende 10-15 minuten.

### VANILLE-IJS MET OLIJFOLIE

**vanille-ijs / olijfolie extra virgen / geraspte pure chocolade**

Vanille-ijs overgieten met olijfolie. | Afmaken met de chocoladerasp.

### REMOJÓN DE NARANJA

**1 kg navelsinaasappels / 100 g uien / 3 geroosterde knoflooktenen / 2 gekookte eieren / 150 g gezouten stokvis / 50 g olijven / olijfolie extra virgen**

Schil de sinaasappels en snijd ze in stukjes, voeg de gehakte uien toe. | Snijd het ei in stukjes en doe samen met de geperste knoflook bij de rest. | Voeg daarna de olijven en de in reepjes gesneden vis toe. | Besprenkel met olijfolie. | Koud serveren.

### POSTRE DE NARANJAS

**sinaasappels / kaneel / oranjebloesemwater / olijfolie extra virgen / amandelschaafsel**

De sinaasappels schillen en in plakken snijden. | Kaneel en oranjebloesemwater toevoegen en olijfolie eroverheen sprenkelen. | Afmaken met amandelschaafsel.

# SABER MÁS

## BIO-OLIJFOLIE

Bij ecologische olijfolie wordt geen gebruik gemaakt van insecticiden en herbiciden in de olijfboomgaard. Uit onderzoek blijkt dat in de olie van olijven die ecologisch zijn verbouwd meer antioxidanten zitten. Dat is goed voor de smaak en je gezondheid.

## GROOTSTE PRODUCENT

Spanje is wereldwijd de grootste producent van olijfolie. Het land telt meer dan 215 miljoen olijfbomen. Ongeveer 80 procent van alle Spaanse olijfolie is afkomstig uit Andalusië. De bekendste provincies voor de productie van olijfolie zijn Jáen en Córdoba. De meest voorkomende soorten in de provincie Córdoba zijn de Picual, de Picudo en de Hojiblanco.

## EXTRA VIRGEN

Volgens experts is het een fabeltje dat extra virgen olijfolie niet geschikt zou zijn om mee te koken. Juist deze olie is heel gezond. En hoewel er tijdens het kookproces gezonde eigenschappen verloren gaan, blijft de smaak uitgesproken.

## EXTRA VIRGINITY

Tom Mueller, schrijver voor onder meer de New Yorker, schreef het boek Extra Virginity over olijfolie en alles wat daarbij komt kijken.

## MEER INFORMATIE

[www.suertealta.es](http://www.suertealta.es)  
[www.beloyana.com](http://www.beloyana.com)

schenken van de lokale wijn fino de Montilla - verdwijnt tussen middel- en ringvinger en met de handpalm verwarmen we het glas en dus de olie. De smaak komt het best tot z'n recht bij 28 graden Celsius.

## Lampolie

Finca Duernas had minder last van een matige oogst dit jaar. De olijfbomen worden namelijk bewaterd via een irrigatiesysteem. Zo werd de geringe regenval van afgelopen seizoen ondervangen. Soledad heeft, na ons tweede rondje olijfboomgaarden, net verteld over de gezonde werking van pure olijfolie. Ook in Nederland weet de gemiddelde consument tegenwoordig dat het gezonder is om olijfolie te gebruiken dan te bakken in boter of zonnebloemolie. Het zijn de antioxidanten die verantwoordelijk zijn voor een groot deel van de gezonde eigenschappen. Maar al snel blijkt dat die in olijfolie uit de supermarkt doorgaans ver te zoeken zijn. Soledad kan zich er erg druk om maken. 'Vaak is het gewoon lampolie,' zegt ze.

Al eeuwenlang wordt in de provincie Córdoba op dezelfde wijze olijfolie geproduceerd. De meest verse olie, die van de eerste pluk, is extra virgen. Olie die is verkregen uit olijven die later zijn geplukt, behoort volgens Soledad tot de categorie 'gewone olijfolie'. De olie die wordt gemaakt uit olijven die al zo rijp zijn, dat ze van de boom zijn gevallen, wordt al sinds de Romeinse tijd gebruikt als lampolie. Maar enkele decennia geleden begonnen fabrikanten met het chemisch bewerken van de olie die an sich niet geschikt is voor consumptie. Dat leverde een nieuwe soort geraffineerde olijfolie op die tegenwoordig op grote schaal de weg naar de consument vindt. En dat zit Soledad dwars, want die olie is volgens onze gastvrouw niet te vergelijken met echte, verse olijfolie en bovendien zijn door de chemische bewerking alle gezonde eigenschappen van de olie verdwenen.

## Olijfolieproeverij

Het moge duidelijk zijn: Soledad heeft een missie en dat is de consument te laten inzien wat pure olijfolie nu eigenlijk is. Maar eerlijk is eerlijk, als ze mij even later laat proeven van een geraffineerde olie en een glaasje verse Arbequina, die hier een paar dagen geleden nog gewoon aan de bomen hing, kan ik er niet onderuit. Een wereld van verschil. Die avond staat in een restaurant in de stad Córdoba een sessie olijfolie proeven op het programma. Eens kijken of ik wat heb opgestoken. Het glas goed vasthouden is in ieder geval geen probleem meer. En ook de pittige en bittere smaken pik ik er zo uit. Er zit er één tussen die ik eigenlijk maar smakeloos vind. Inderdaad blijkt het te gaan om een bewerkte olie die in vroeger tijden enkel als lampolie gebruikt zou zijn. Hmm, doe mij nog maar wat van dat versgeperste 'vloeibare goud', zoals de Romeinen olijfolie reeds definieerden. Ik ben overtuigd. ■

