Welkom!

Masterclass olijfolie proeven

Agenda

- Mark
- Wat is olijfolie, waar wordt het gemaakt
- Kwaliteiten en herkenning
- Proeven
- Etiketten lezen en misleiding

© olicious | 2023

Mark Lemmens

OLICIOUS
OLIJFOLIE MET PASSIE

OLICIOUS
OLIJFOLIE MET PASSIE

Hoe kies jij olijfolie?

© olicious | 2023

74%

van alle extra vergine olijfolie uit de supermarkt **voldoet niet aan de eisen**

Bron: Onderzoek Olijfolie Instituut 2022

© olicious | 2023

Voedselfraudeproduct wereldwijd

#1

- Consumenten hebben geen kennis
- Inkopers weten het niet, elk jaar vervangen, focus op prijs
- Er is weinig controle
- In NL worden slechts 30 monsters per jaar genomen door de NVWA

© olicious | 2023

Aan het werk!

Alleen ruiken

- Welke olijfolies zijn niet goed?

© olicious | 2023

OLICIOUS
OLIJFOLIE MET PASSIE

Wat is (vergine) olijfolie?

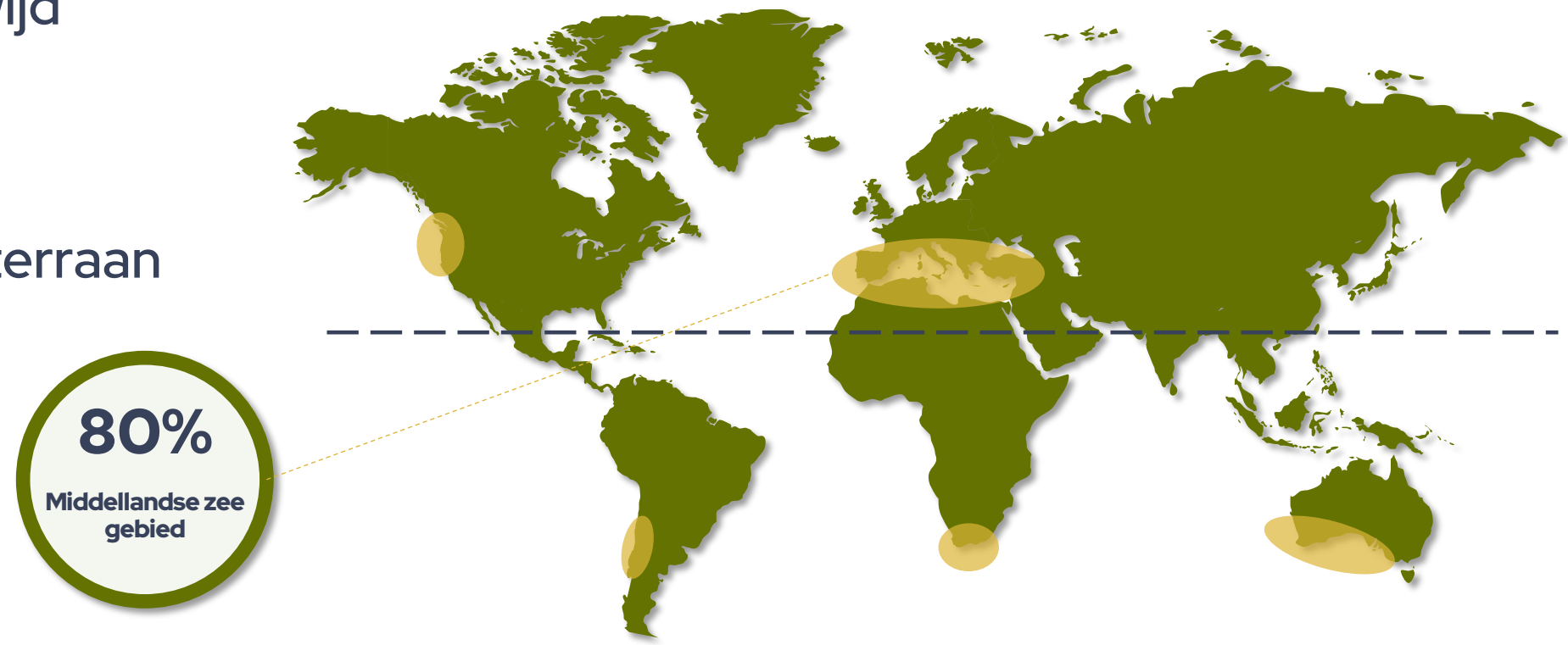
- Elke olijfolie begint als **vergine olijfolie**
- 100% puur en natuurlijk fruitsap
- Geperst uit de olijf en (meestal) zijn pit
- Op **mechanische** wijze en zonder toevoeging van stoffen zodat de olie niet verandert in eigenschappen
- Vergine olijfolie bevat alle componenten, aroma's, en smaken, vitamines en voedingsstoffen die de olijf van nature in zich heeft
- **Extra vergine** is een variant van bijzonder goede kwaliteit
- Sinds 5.500 v. Chr.
- Vloeibaar goud; in de oudheid geassocieerd met rijkdom
- Extra vergine olijfolie is gezond
  - Mediterrane Dieet
  - Vermindert kans op hart- en vaatziekten
  - Voornamelijk meer dan 70% onverzadigde vetten
  - Boordevol antioxidanten

© olicious | 2023

Waar wordt olijfolie geproduceerd

Wereldwijd

Landen met mediterraan klimaat

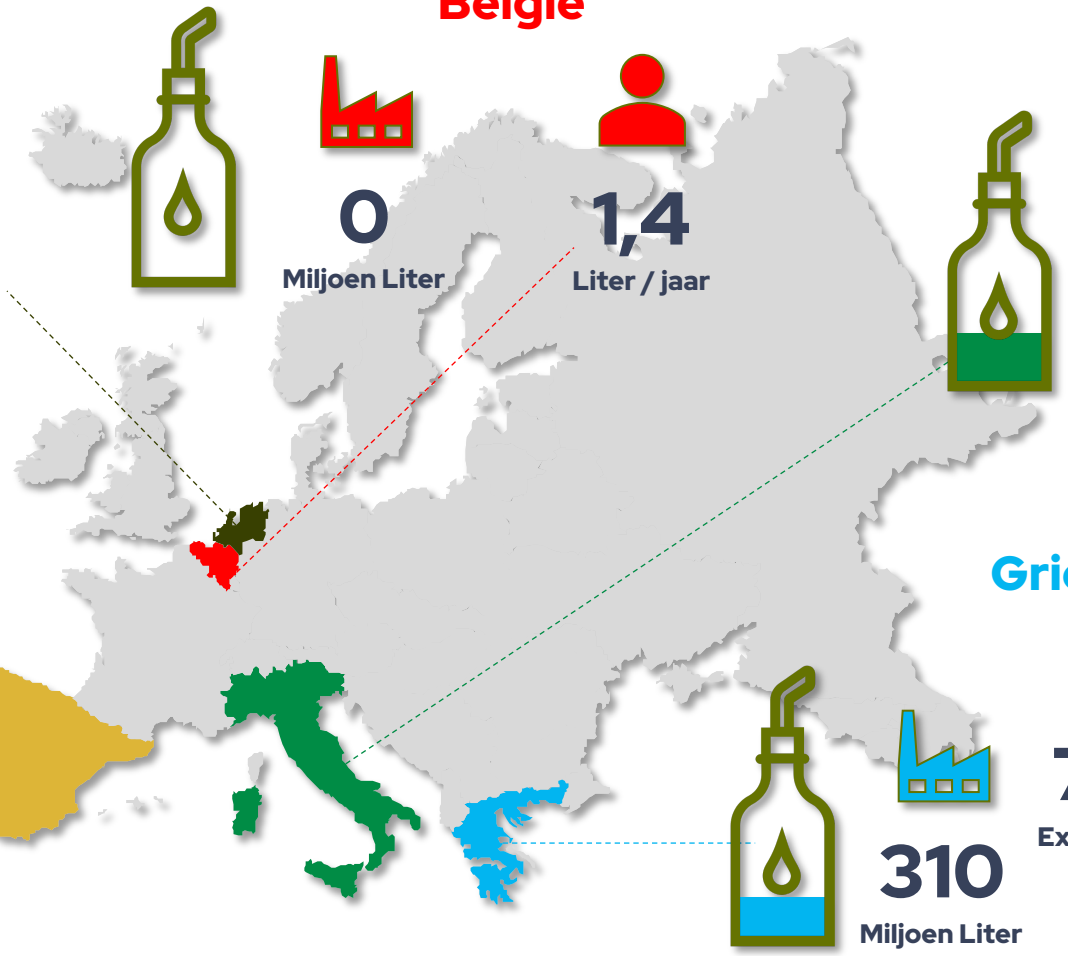


Rondom Middellandse Zee | Californië | Australië | Zuid-Afrika | Zuid Amerika

© olicious | 2023

OLICIOUS
OLIJFOLIE MET PASSIE

Productie en Consumptie (Europa)*



Nederland

0
Miljoen Liter

0,8
Liter / jaar

België

0
Miljoen Liter

1,4
Liter / jaar

Italië

331
Miljoen Liter

60%
Extra Vergine

10,5
Liter / jaar

Spanje

1270
Miljoen Liter

33%
Extra Vergine

11,3
Liter / jaar

Griekenland

310
Miljoen Liter

75%
Extra Vergine

12,8
Liter / jaar

*2019
Consumptie wereld: 0,4 L/jr
Productie wereld: 3000 Miljoen Liter

© olicious | 2023

Kwaliteit

De kwaliteit van vergine olijfolie hangt af van

o.a. hier kunnen defecten ontstaan

- Olijfsoort
- Omgeving, klimaat cultivatie
- Oogstmoment en -methode
- Transporttijd naar de molen
- Extractie proces
- Opslag en verpakking

De soort bepaalt specifiek

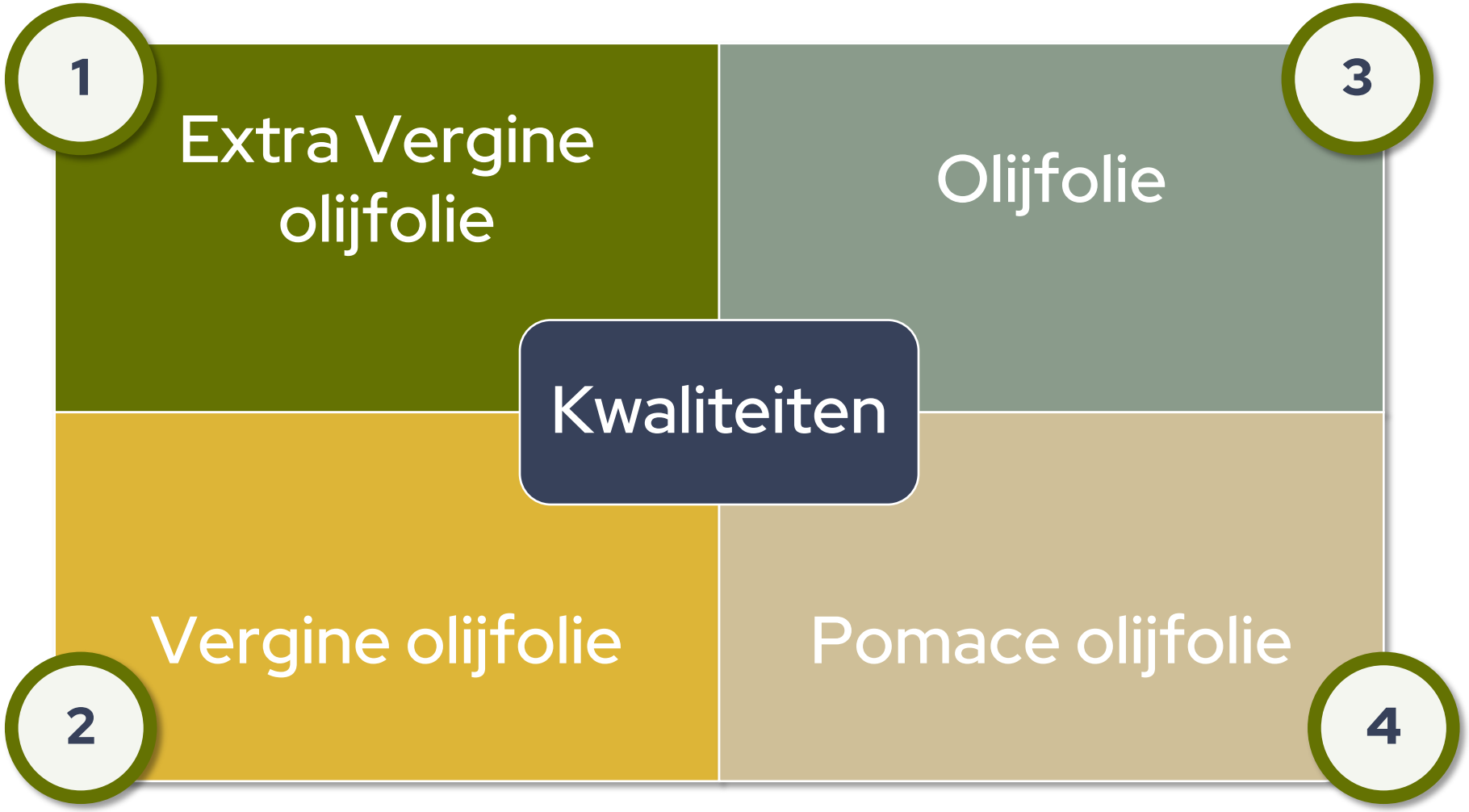
- Houdbaarheid
- Geur en smaak

Fermentatie

Oxidatie

© olicious | 2023

4 gradaties olijfolie



© olicious | 2023

4 gradaties olijfolie

Extra Vergine olijfolie

- Zuurgraad < 0,8%
- Een goede kwaliteit Extra Vergine Olijfolie heeft een zuurgraad ≤ 0,3
- Mechanische persing bij temperatuur < 27 graden

- Geen defecten vastgesteld bij organoleptische test
- Fruitigheid ≥ 0

Vergine olijfolie

- Zuurgraad < 2%
- Mechanische persing bij temperatuur < 27 graden
- Defecten aanwezig
- Fruitigheid ≥ 0

Olijfolie

Typische supermarkt olijfolie

- Geraffineerde vergine olijfolie met een teveel aan defecten
- Vaak gemengd met een deel extra vergine olijfolie voor een beetje geur en smaak

- Nauwelijks geur en smaak
- Geen polyfenolen

Pomace olijfolie

- Chemische extractie uit pulp van olijven en pitten

- Geen geur en smaak
- Geen polyfenolen

© olicious | 2023

Feit

Eerste persing
is een niet relevante term

© olicious | 2023

Feit

Bakken met olijfolie
is zonder meer mogelijk

- Mits de **olie gefilterd** is
- Tot 210 °C

© olicious | 2023

Smaakcategorieën

Olijfolie type	Delicaat	Medium	Robuust
	Zachte smaak en geur Rijpere geur (groene banaan, golden delicious) Zoete tonen in smaak Weinig bitterheid Weinig scherpte Minder lang houdbaar door weinig antioxidanten	Meer uitgesproken Groene geur (gras, blaadjes), soms onrijpe banaan Soms licht zoete eerste indruk Aanwezige bitterheid Duidelijk scherpte in afdronk Mooie lange afdronk	Sterke en uitgesproken Groene of kruidige geur Sterke bitterheid Veel scherpte Langste houdbaarheid door de antioxidanten
	Groene salade, sauzen	Caprese salade, vis, brood, groenten, roomijs	Gegrilld vlees, vette vis, yoghurt, pizza, pasta

© olicious | 2023

Proeven

Proeven om de kwaliteit vast te stellen

- De **kleur** in onbelangrijk en zegt niets over de kwaliteit
- **Geur**; een goede olijfolie ruikt fruitig en fris
- **Smaak**; balans tussen fruitig (vooral geur), bitter en scherp
  - Tijdens het proeven slurpen we, zo verdeelt de smaak zich over de mond
- **Puur**; dus niet met brood
- **Temperatuur**; we warmen de olijfolie op in de palm van onze hand
- **Vet of fris**; een goede olijfolie laat geen vette nasmaak in je mond na (vergelijk labello op je lippen)
- **Body**; hoe lang blijft de smaak hangen
  - Goede olijfolie: geen vette nasmaak
- Kwaliteit is niet persé synoniem voor **lekker**
  - Dat bepaal je zelf
  - Je smaak ontwikkelt zich (eerst delicaat, dan medium tot robuust)

© olicious | 2023

Proefformulier

1

GEUR	Geurintensiteit	... / 10 Groen / rijp
	Wat ruik je?	
SMAAK	Smaakintensiteit	... / 10 Groen / rijp
	Zoet	
	Bitter	
	Scherp	
	Lengte afdronk	
	Lekker	
	Opmerkingen	

© olicious | 2023

Opdracht

- Bepaal de **volgorde** qua sterkte
- Proef in combinatie met de cherrytomaatjes: **welke olie past er het best bij?**

© olicious | 2023

OLICIOUS
OLIJFOLIE MET PASSIE

Feit

Goede olijfolie
ruikt fris, naar **groene blaadjes, appel** of **gras**

Etiketten lezen en misleiding

Claim

Extra Vergine

- **‘Rechtstreeks uit olijven en op mechanische wijze verkregen olijfolie van superieure kwaliteit’**
- Herkomst:
  - Specifiek land (bv. Italië)
  - Europese Unie (Meestal het grootste aandeel olijfolie van zeer rijpe olijven uit Spanje)
  - Buiten Europese Unie (meestal Tunesië en Marokko)

Olijfolie

- Olie die uitsluitend bestaat uit **geraffineerde olijfolie (**en **rechtstreeks uit olijven verkregen olie**.)
- Herkomst

5% - 15%, meestal slechts vergine

© olicious | 2023

Wat wordt er bedoeld?

Beiden **geraffineerde** olijfolie met een klein deel **Vergine** olijfolie

© olicious | 2023

Olijfolie van eeuwenoude olijfbomen

Carapelli Il Centenario

Een robuuste extra vergine olijfolie, gecreëerd van olijven van eeuwenoude olijfbomen. Deze olijfolie is een eerbetoon aan eeuwenoude olijfgaarden en aan het ambacht.

BESTEL

Hier krijg je toch een Italië gevoel van!
Maar de olijven spreken Spaans

Classico?

© olicious | 2023

Italiaans?

Pietro Coricelli Extra Olijfolie 500ml

500 ml

3[69]

7,38/liter

In winkelmandje +

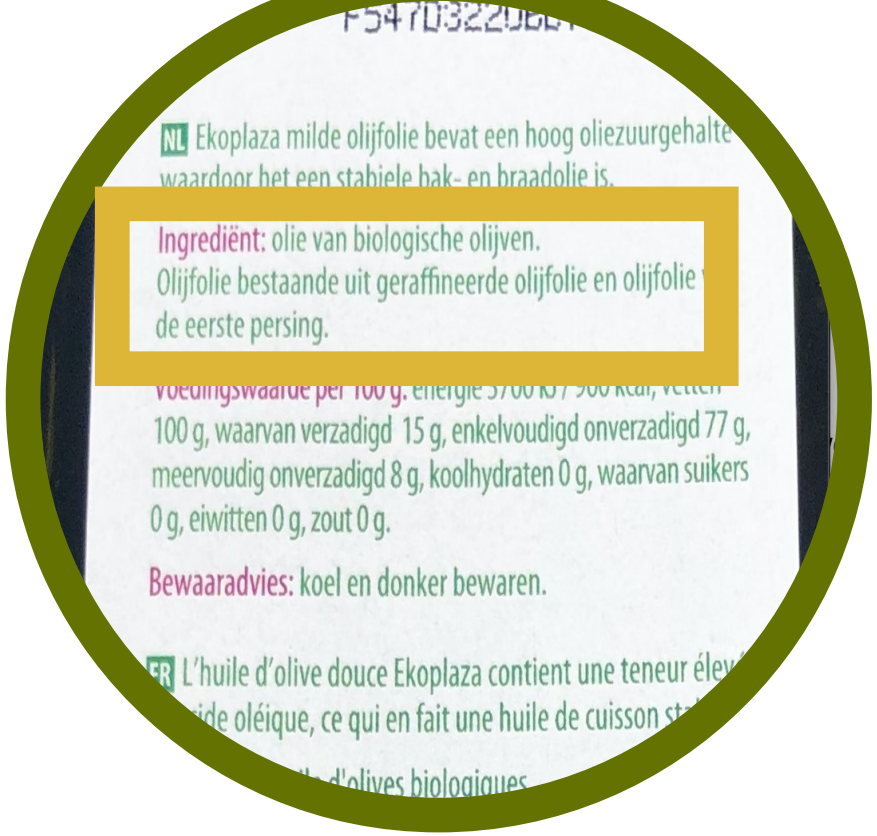
MEER VAN DIT MERK

2 producten

Rechtstreeks uit olijven en op mechanische wijze verkregen olijfolie van superieure kwaliteit. Mengsel van olijfoliën van oorsprong uit de Europese Unie en niet van oorsprong uit de Unie.

© olicious | 2023

Ingewikkeld

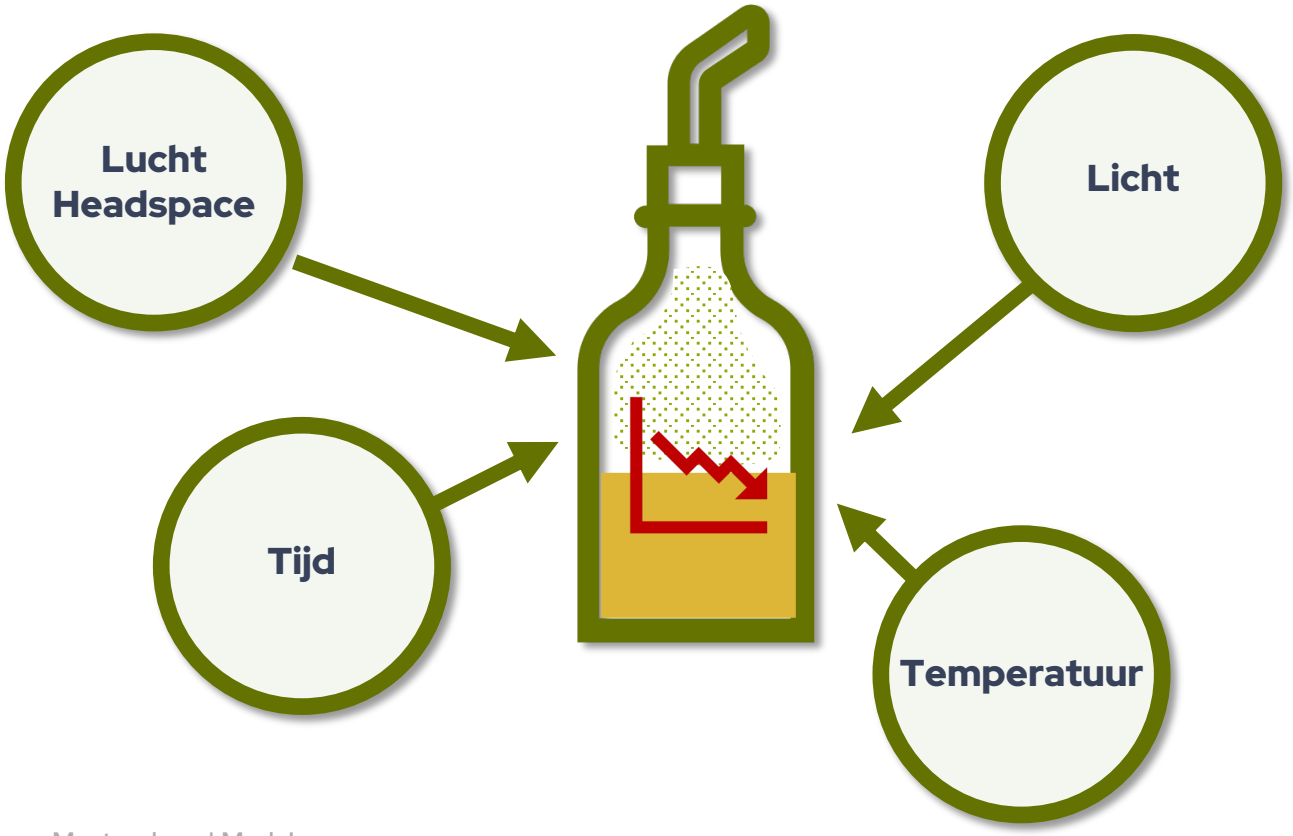


Wel **BIO**
Maar **geraffineerd**

© olicious | 2023

Kwaliteit en tijd

De kwaliteit van olijfolie gedurende de tijd



Verlies van:

- Smaak
- Geur
- Antioxidanten

Koop dus bij voorkeur olie van de meest recente oogst!

Koop een kleine fles, passend bij je consumptie

© olicious | 2023

Verdacht…

- Geen persdatum op het etiket
- Wettelijk mag je de houdbaarheid erop zetten als hij gebotteld wordt
- Geen olijfsoort genoemd op het etiket
- Milde olijfolie in de supermarkt is geen extra vergine

© olicious | 2023

Supermarkt olijfolie

CENTRAAL ZO PAGINA 47 | ZATERDAG 27 JUNI 2020

Olijfolie supermarkt is niet veel soeps

Handigom te weten

JEAN-PIERRE JANS

De meeste olijfolies in de Nederlandse supermarkten zijn gemaakt van overrijpe Spaanse bulkolijven. Dat concludeert het deskundigenpanel dat voor deze krant blind acht (huis)merken olijfolie proefde. Volgens de kenners moet een goede olijfolie frisheid combineren met een licht bittertje en wat scherpe tonen. De olijfolie 'extra vierge' van Bertolli komt als meest zuivere uit de test en scoort een krappe voldoende. Over de andere zeven olijfolies is het panel niet te spreken, waarbij kwalificaties als 'onfris', 'ranzig' en 'fermentatiegeurtjes' vallen.

Lees verderop in de bijlage de complete olijfoliekeuring

De meeste olijfolies in de Nederlandse supermarkten zijn gemaakt van overrijpe Spaanse bulkolijven. Dat concludeert het deskundigenpanel dat voor deze krant blind acht (huis)merken olijfolie proefde. Volgens de kenners moet een goede olijfolie frisheid combineren met een licht bittertje en wat scherpe tonen. De olijfolie

NZ ZATERDAG 27 JUNI 2020 25

Z VOOR U GEPROEFD Extra vierge olijfolie

Bertolli €5,59 per 500ml
De onderlinge verschillen zijn piepklein, maar de Bertolli wordt unanieme aangewezen als de zuiverste olie in de test. Licht pittig in de keel, en een geur die olijfblad prijsgeeft.

ALS BEST GETEST

Monini €4,51 per 500ml
Het panel ruikt zowaar een vieug appelfris, maar in de mond krijgt die fruitigheid geen gevolg. Nauwelijks bitters ook. Wel een pepertje.

Primadonna (Lidl) €2,50 per 500 ml
Een schoolvoorbeeld bleind met bulk-olijven: zo laat gepikt dat er nauwelijks karakter overblijft. Niets fruitigs in elk geval.

Jumbo €2,74 per 500ml
Een zuur fermentatiegeurtje in de neus, en heel veel bitters op de tong. Nauwelijks pit. Nog minder frisheid.

Fris, bitter én pittig

Olijfolie is gezond, overal voor te gebruiken én lekker. Met name extra vierge: maagdelijke olie van de hoogste kwaliteit. Proef je dat ook in de flessen uit de supermarkt?

MATTHIJS MEEUWSEN

Er zijn mensen – in Nederland misschien wel het merendeel – die olijfolie uitsluitend gebruiken om te voorkomen dat de stukjes kipfilet of knoflook aankoeken in de koekenpan. Onze panelleden weten wel beter. Het drietal is nog nauwelijks neergestreken in de Amsterdamse specialzaak Olives & More of de lofkrompet is al gestoken. „Je moet gewoon altijd een fles olijfolie op tafel hebben staan", zegt oliegoeroe Gregor Christiaans. „Ik heb het vanochtend nog in de yoghurt gedaan. Als olijfolie niet van nature had bestaan, hadden we het zelf moeten verzinnen. Het is zengezond, lekker en je kunt het overal voor gebruiken."

„Het is ook een prima botervervanger, bijvoorbeeld in bananenbrood", vult gastheer Brian Boucher aan. „Dan krijg je een fijnere kruim, die langer mooi, vochtig, blijft."

Expert Francesca de Ritis: „Maar je mag er ook gewoon mee koken of bakken, hoor. Mijn oma maakte altijd heerlijk frietjes in extra vierge olie."

Christiaans: „Geloof me, op al mijn kleren zitten olijfolievlekken."

Sjoemelen

Olijfolie is verkrijgbaar in vier kwaliteitsklassen, waarvan 'extra vierge' (ook wel gespeld als virgen of virgine) op de hoogste trede staat. Om dit predicaat – letterlijk: 'extra maagdelijk' – op de fles te mogen plakken, moet de olie twee keuringen hebben doorstaan. Allereerst een laboratoriumtest, waarin onder meer wordt gekeken of de zuurtegraad onder de wettelijk toegestane 0,8 procent blijft. Daarna een smaaktest, waarin professionele proevers beoordelen of de olie wel zuiver genoeg is. Natuurlijk kan in de praktijk nooit elke fles gewikt en gewogen worden. „Het is dan ook een heel fraudegevoelige markt", weet Christiaans. „De Italiaanse carabinieri hebben zelfs een eigen proefpanel, die kan worden ingezet wanneer ze vermoeden dat een product aan het sjoemelen is." Het stempel 'extra vierge' gaat op etiketten vaak gepaard met de opmerking 'van de eerste persing'. Sinds moderne machines alle olie in één poging uit het vruchtvlees weten te persen, is dit in feite een loze leus geworden.

Hoe extra vierge olijfolie precies moet smaken, staat niet in steen gebeitelt. „Je hebt alleen al honderden soorten olijfbomen", legt De Ritis uit. „En ook de bodem, het weer en de oogsttijd zijn van invloed op de smaak. Zelfs binnen een paar kilometer kunnen fabrikanten zo zeer uiteenlopende resultaten creëren."

Wat wel vaststaat: goede olijfolie combineert de heilige drie-eenheid van frisheid, bitterheid en scherpte. „Olijven zijn vruchten. Het frisse, fruitige hoor je al te ruiken", doceert Christiaans. „Het pepertje proef je achterin de keel. De bitters zijn het moeilijkst te proeven, die komen achteroop je tong." Aangezien we de olijfolie in Nederland niet bepaald met de papiepel krijgen ingegoten, hebben veel consumenten volgens de panelleden geen weet van het scala aan smaken. Toch zweren de kenners dat ook elke leek het verschil tussen een goede en slechte olie zal proeven. „Maar dan moet je wel eerst in aanraking komen met goede olijfolie", benadrukt Boucher.

Krakende deur

En daar zit de uitdaging: zelfs in het overvolle supermarktschap valt er in ons land niet veel te kiezen.

In deze blinde proeverij met acht (huis)merken blijken de verschillen in elk geval miniem. De panelleden herkennen veelal het beperkte smaakpalet van (Spaanse) bulk-olijven. Het zal allicht extra vierge genoemd mogen worden, maar de frisse fruitigheid wordt door de liefhebbers danig gemist en de olijven zijn zo rijp geplukt dat ze al veel karakter hebben verloren. „Deze olie zou ik alleen aanraden als je een krakende deur hebt", grapt Christiaans. De Ritis is diplomatieker. „Schoonheid zit in details. In deze flessen uit de supermarkt ontbreken die nuances helaas. Terwijl de wereld juist mooi is omdat er zo veel variatie is."

Gregor Christiaans (53) Gediplomeerd olijfoleproever, auteur van *Lekker vet* en host van gelijknamige podcast.

Francesca de Ritis (52) Professioneel olijfoleproever- en trainer uit Italië. Teelt, importeert en geeft cursussen.

Brian Boucher (44) Chef, fijnproever en eigenaar van de Amsterdamse specialzaak Olives & More.

Het panel keurt. Zelfs een leek proeft het verschil tussen goede en slechte olie. FOTO JEAN-PIERRE JANS

Albert Heijn €3,49 per 500ml
De geur is niet eens heel slecht. Maar in de mond rammen de bitters het pepertje direct aan diggelen. Ongebalanceerd, met slechts een heel, heel verre fruitassociatie.

De Cecco €4,99 per 500ml
De zoetste 13-in-een-dozijnolie. Er is best geur en smaak, maar die wordt gedomineerd door ranzige oxidatiesporen.

Ekoplaza €5,09 per 500ml
Wederom een onfris luchtje. Daarna ook veel te vlak en wankel op de tong: veel bitters die niet worden gecompenseerd door frisheid of pit.

Carapelli €6,65 per 500ml
De mooiste (en duurste) fles, maar de inhoud blijft achter. Vettig en vlak, zonder duidelijke, te destilleren smaaktonen.

© olicious | 2023

Supermarkt olijfolie

- Prijs laag – Bulk → volrijpe olijven, veel olie, weinig smaak, vet
- Raffinage → verlies van geur, smaak en goede eigenschappen
- Fraudegevoelig door bulk → mogelijk menging van andere olie dan olijfolie
- Etiket
  - THT
  - Geen productiedatum
  - Suggesties dat het Italiaanse olie is (Bertolli, Classico, …)
  - Niet relevante termen (Classico, Delicata, Light)
  - Herkomst (EU, niet EU…)
  - Doorzichtige fles? No way!

© olicious | 2023

Slechte olijfolie: Defecten (meest kenmerkende)

Ranzig

- **Slechte bewaaromstandigheden (o.a. licht, lucht, warmte)**
- Geur:
  - Kaarsenvet, vetkrijt, oude olie, muf
  - Helaas is dit veel voorkomend bij supermarkt olijfolie, waardoor dit als de normale geur wordt aangenomen

Fusty

- **Olijven te laat geperst, er is fermentatie ontstaan**
- Geur:
  - Soms aangenaam zoetzuur
  - Zweetsokken, oude tapenade van zwarte olijf
  - Helaas is dit veel voorkomend bij supermarkt olijfolie, waardoor dit als de normale geur wordt aangenomen

Zuur

- **Vergisting door te lange opslag in tanks of vervuiling van de persmatten**
- Geur:
  - Oplosmiddel, alcohol

© olicious | 2023

Geproefde olijfolies

Leggero
SAVERIO GUGLIELMI

Delicaat

- Noorden van Puglia
- Blend van zachtere olijfsoorten als Leccino en Ogliarola
- Deze is specifiek op delicate smaak geblend

© olicious | 2023

501 Altitudo
FRANCESCO AGRESTI

Medium

- Regio Lazio
- Itrana olijf van 501 oude bomen op hoogte
- De hoogte zorgt voor een hoog aandeel aan polyfenolen
- Francesco Agresti nam een verwaarloosde familie olijfgaard rigoureus onder handen
- Met de hand geoogst op steile terrassen
- Behoort tot de top van de wereld
- Geweldige geur en smaak
- Slechts 2500 liter geproduceerd

© olicious | 2023

L'Oro di Angelo
COSTATINO SOLIMANDO

Robuust

- Microproducent uit de buurt van Monopoli, Puglia
- Picholine olijf met oorsprong in Frankrijk
- Costatino experimenteert met niet specifiek lokale olijfsoorten
- Slechts 400 liter geproduceerd

© olicious | 2023

Bij de hapjes

IGP Puglia
SAVERIO GUGLIELMI

Medium

- Noorden van Puglia
- Coratina olijf, de meest geteelde olijfsoort in Italië
- Normaal robuust van karakter, maar iets verder gerijpt, waardoor de smaak iets zachter is.
- IGP Certificering:
  - Garandeert herkomst
  - Smaakprofiel getest
  - Streng toezicht op de productieketen

Desembrood

Tomaat / mozzarella

© olicious | 2023

501 Altitudo
FRANCESCO AGRESTI

Medium

- Regio Lazio
- Itrana olijf van 501 oude bomen op hoogte
- De hoogte zorgt voor een hoog aandeel aan polyfenolen
- Met de hand geoogst op steile terrassen
- Behoort tot de top van de wereld
- De uitgesproken fruitigheid bouwt mooi op het zoete brood en de wat vette, rokerige smaak van de ham zonder er bitterheid aan toe te voegen

Desembrood

Oisterwijkse gerookte ham

© olicious | 2023

Al Limone
SAVERIO GUGLIELMI

- Citroenen worden met de olijven meegeperst
- Maar liefst 20% citroenen
- Etherische olie uit de schil mengt met de olijfolie
- De citroenolie geeft frisheid zonder te overheersen. Dit gaat goed samen met de iets vette structuur van ricotta en avocado

Desembrood
Avocado / Ricotta

© olicious | 2023

Vragen?

Bedankt!