

Olivengeflüster

- Neues aus dem Olivenhain -



Dies ist ein persönliches Informationsmail rund um Oliven, Olivenöl und mehr von Rolf und Sonja. Es wird nur an Leute verschickt die es möchten. Sollten Sie es nicht mehr wünschen, geben Sie uns bitte Bescheid!

Info Nr. 24

15.02.2007

Alle bisherigen Olivengeflüster sind hier zu finden: http://www.olivenoel-oliven.ch/newsletter_liste.htm

Yassas - Grüezi mitenand

Der Kalender zeigt Winter, das Wetter überhaupt nicht. Auch nicht hier in Griechenland. Frühlingshaftes Wetter und die Olivenbäume sind bereits voller Knospen. "Wenn jetzt nur kein Frost kommt", haben die meisten Bauern Angst. "Können wir das Wetter ändern, ist es wirklich durch den Menschen so 'katastrophal' geworden?", frage ich mich. Woher nehmen wir das Wissen, dass wenn auf dem Kalender Februar steht, auch jeder Februar gleich ist und dies über Jahrhunderte? Ist es nicht eher so, dass wir ein bisschen mehr Vertrauen in die Natur haben dürfen? Sie lebt uns seit Jahrtausenden vor, dass es in Ordnung ist wie es ist. Unser eigenes Denken hindert uns jedoch immer wieder daran etwas anzunehmen wie es ist, denn meistens wissen wir wie es sein *sollte*. Und das Vertrauen, dass es gut ist wie es ist? Mir selber hilft das vielmehr um glücklich zu sein...und ich geniesse es im Februar im Sonnenschein draussen das Olivengeflüster zu schreiben:

1. Tropföl

2. Sterile Produktherstellung

3. Olivenblattextrakt

4. Rezept Haarpackung - Olivenöl auch für die Körperpflege

5. Der Olivenhaini meint...mein Freund aus der Stadt

1. Tropföl

Tropföl - Mythos, Marketinglücke oder der "Stein der Weisen"? Im Laufe der letzten Jahre trifft man immer häufiger auf so genannte Tropföle in den Regalen von Spezialitätenläden und einzelnen Supermärkten. Zum Teil sind sie auch in Drogerien zu finden. Ein Heilmittel also? Für mich ist Tropföl immer eine zwiespältige Sache. Gewonnen wird es hauptsächlich in traditionellen Ölmühlen, wo noch mit Pressmatten und hydraulischen Stempelpressen Öl gewonnen wird und nicht mit Dekantern "geschleudert" wird (s. auch verschiedene Herstellungsverfahren in Olivengeflüster Nr.8, 9 u. 10,). Sobald der Turm mit Pressmatten hoch genug ist, beginnt das Öl von selber durch den Eigendruck der Masse zu tropfen. Dieses Öl-Wasser-Gemisch das aus dem Olivenbrei tropft, ohne zusätzlichen Druck der Presse, wird Tropföl genannt. Es wird lediglich noch durch Zentrifugieren vom Fruchtwasser getrennt oder in Behälter gefüllt und später abgefüllt und gilt als "Blume des Olivenöls".



Wer Tropföl herstellt, lässt diesen Eigendruck der Masse über einige Stunden wirken, bevor er das Öl abschöpft. Das heisst also, der Brei ist auch dem Sauerstoff ausgesetzt und somit der Oxidation. Von Seiten der Hersteller von 'Spitzenölen' wird jedoch genau dieser Vorgang immer wieder bemängelt und oftmals werden von ihnen die traditionellen Methoden als untauglich für die Herstellung von Spitzenölen verschrien. Eben, weil diese kein so genanntes

geschlossenes System haben, bei dem der Olivenbrei möglichst keine Verbindung mit Sauerstoff bekommt. Eine Herstellung von Tropföl in einem geschlossenen System ist mir unbekannt, aber vielleicht weiss ich da nicht alles.

Logische Konsequenz ist also, dass Olivenbrei der absichtlich über Stunden stehen gelassen wird um Tropföl zu gewinnen, auch oxidative Veränderungen erfährt. Und die Qualität? Müsste eigentlich minderwertiger sein, als es der Preis von Tropföl verspricht, denn der Preis erfährt eine eher astronomische Veränderung. Das günstigste Tropföl das ich kenne kostet 10 Euro/0,5 l-Flasche, direkt ab Hersteller. Nach oben sind die Preise offen und beginnen im Laden bei ca. 15 Euro/ 2,5 dl-Flasche, was einem stolzen Literpreis von knapp 100 CHF entspricht. Zugegeben, die Herstellung ist aufwändig. Aber wird hier wirklich ein um vielfach gesünderes als "normales" Olivenöl in den Umlauf gebracht? Ist es Medizin, Mythos oder allenfalls gutes Marketing für ein sehr teures Produkt? Ich glaube, dass letzteres in der Wahrscheinlichkeitsskala an oberster Stelle steht. Ich persönlich hätte Mühe ein Olivenöl welches absichtlich der Oxidation ausgesetzt wurde zu Medizinpreisen zu verkaufen.

Auch tut sich bei mir die Frage auf: Wenn sämtliche guten und positiven Eigenschaften der Olive nur im Tropföl sind, was bleibt denn da noch über für den Rest des Öles, das nach dem Abschöpfen des Tropföls noch gepresst wird?

Die sensorischen sowie die chemischen Analysen weisen es, erste Qualität vorausgesetzt, immer noch als "Nativ Extra" aus. Also mit all den Bestandteilen und Mengen die nun angeblich in konzentrierter Form im Tropföl vorhanden sein sollen. Es kommt mir ein wenig vor, wie wenn man bei der Herstellung von Apfelsaft den Teil abschöpfen würde, der durch den Eigendruck herausläuft. Bis jetzt kam vielleicht einfach noch niemand auf die Idee dies als "Heilmittel" zu verwenden und teuer zu verkaufen.

Mein eindeutiger Tipp: Lasst es bleiben, es kann euch dem "Stein der Weisen" nicht näher bringen. Es ist ein Versuch von cleverem Marketing, der auf Gutgläubigkeit von wenig oder gar nicht informierten Kunden aufbaut.

2. Sterile Produktherstellung

Im Artikel Tropföl und auch schon in anderen Olivengeflüstem habe ich erwähnt, dass traditionelle Ölpresen vom Aussterben bedroht sind. Den grössten Dolch für den Todesstoss führen die Gegner in Form von Hygiene ins Feld. Was über hunderte von Jahren gefahrlos für die Gesundheit des Menschen war, soll nun auf einmal bedenklich sein - langsam gepresstes Olivenöl soll nicht mehr den hygienischen Anforderungen entsprechen um es als gesundheitsfördernd und erhaltend zu geniessen.

Es mag sein, dass traditionelle Stempelpresen, wenn sie unsauber arbeiten, ein Öl produzieren das nach Pressmatten riecht, die Regel ist es jedoch nicht. Vor allem nicht dort wo biologisches Öl produziert wird. Diese Mühlen werden von Kontrollorganen, wie sie in der Schweiz als "Bio-Suisse", "Knospe" u.a. bekannt sind, kontrolliert. Die Ölmühle Skarpalezos zum Beispiel, wo euer Öl herkommt, untersteht der "Bio-Hellas" die regelmässig Kontrollen durchführt und die Arbeiten dürfen erst weiter gehen, wenn die Abnahme positiv verläuft.

Ich sehe nicht was dagegen einzuwenden ist, wenn ein Öl "langsam" gepresst wird. Langsam heisst, dass das Öl während ca. 20 Minuten aus dem Olivenbrei heraus gepresst wird. Im Gegensatz zu schnell, wo in Dekantern der Olivenbrei zum Teil mit ohrenbetäubendem Lärm geschleudert und auf diese Weise flüssig von fest getrennt wird und dies fortlaufend geschieht. Es geht schneller, klar. Und ich glaube, dass genau hier von Vertretern der Grossindustrie welche Kleinbetriebe verdrängen wollen der Zeigefinger drauf gehalten wird. Es geht einmal mehr nicht um die Qualität, sondern um die Wirtschaftlichkeit. In einer traditionellen Ölmühle kann bei weitem nicht so viel produziert werden wie in einer mit letzten technischen Raffinessen ausgerüsteten Fabrik. In Sachen Wirtschaftlichkeit steht sie zweifelsohne auf dem Verliererpodest. Wenn aber einzig und allein die Wirtschaftlichkeit in den Vordergrund gestellt wird, gehen auch essentielle Dinge verloren. So zum Beispiel die Liebe zum Produkt. Der ganze Vorgang der Olivenölgewinnung wird von A-Z maschinell und automatisch durchgeführt. Es sind keine Menschenhände mehr da die dem Produkt zu einem wahren Bouquet verhelfen. Am Morgen wird der Schalter auf "on" gedreht, am Abend auf "off". Das was zwischendrin passiert geht verloren, nämlich eine Beziehung zum Produkt. Meiner Meinung nach ein ganz wesentlicher Bestandteil für das Gelingen eines Produktes.

Es werden heute immer ausgefeiltere Gesetze geboren um eine traditionelle Vorgehensweise in die Schranken zu weisen. Es braucht Maschinen die den letzten Hygienevorschriften entsprechen und möglichst wenig mit Menschen in Berührung kommen. Man versucht zum Teil sogar eine sterile Krankenhausatmosphäre zu schaffen in den einzelnen Betrieben. Ein ausschliesslich durch Maschinen hergestelltes Nahrungsmittel, kann es wirklich noch *Leben* vermitteln?

Ich habe da meine Zweifel. Mein Eindruck geht eher dahin, dass sich nur grosse Firmen solche Einrichtungen leisten können. Kleine Betriebe jedoch werden dem finanziellen Ruin entgegen gehen wenn sie dazu gezwungen werden "umzustellen", oder, und hier schliesst sich der Kreis, von "Grossen" aufgekauft werden. Schon vielfach geschehen in der Vergangenheit in allen Bereichen und es wird auch weiterhin geschehen im Lebensmittelbereich. Auch in der Produktion von Lebensmitteln wird es die "Tante Emma" immer schwerer haben.

Ein anderes Beispiel welches dies auch sehr anschaulich zeigt, geschieht diese Tage in unserer Region. In Griechenland wird im Allgemeinen sehr viel Fleisch gegessen und jedes grössere Dorf hat zumindest eine Metzgerei. In Gythion mit ca. 5000 Einwohnern sind deren rund fünfzehn, Supermärkte die ebenfalls Fleisch im Sortiment haben eingeschlossen. Nun tritt ein EU-Besch(l)uss in Kraft, der verbietet Fleisch offen zu verkaufen. Ab jetzt muss jedes Stück Fleisch abgepackt und verschweisst in der Vitrine liegen und darf vom Metzger nicht mehr geöffnet werden - aus hygienischen Gründen...Vorbei die Zeiten wo man auf ein Stück Fleisch zeigen und sagen konnte welchen Teil davon man haben möchte. Nebenbei bemerkt hat es auch sein Gutes, denn nicht jede Metzgerei war bis anhin frei von Fliegen die bis in die Vitrinen vordrangen.

Nun aber braucht ein Metzger eine Anlage, die "sein" Fleisch zuschneidet, wiegt, verpackt und verschweisst. Wohlverstanden ausserhalb des eigentlichen Verkaufsladen. Von allen Metzgern in Gythion werden nur wenige übrig bleiben, denn es können sich nicht alle eine solche Umstellung leisten. Schon gar nicht, wenn sie noch einen sterilen Raum ausserhalb des Ladens benötigen, wo sie diese Anlagen hinstellen können.

Die welche übrig bleiben, werden weniger Bezug zu ihrem Produkt haben, denn verarbeitet wird woanders und Herzblut kann da nicht mehr so viel einfließen.

Doch wie bei allem gibt es auch hier einen Gegentrend. Ein Trend hin zu einer Beziehung zum Produkt. Vor allem in der Schweiz haben die Konsumenten immer vielfältigere Alternativen zu Grossproduzenten zur Auswahl. Wir gehören dazu und es gefällt uns sehr diesen Trend zu unterstützen. Dazu noch mit einem Produkt, das noch in seiner Ursprünglichkeit verbleibt. Auch wenn die Ölmühle Skarpalezos Erneuerungen erfahren hat in den letzten Jahren - das Herzblut steckt noch im Olivenöl!

3. Olivenblattextrakt

Im griechischen Fernsehen wurde vor kurzem eine Sendung über die heilende

und vorbeugende Wirkung von Olivenblattextrakt ausgestrahlt. Ein Heilmittel das seit langer Zeit bekannt ist, vor allem in Form von Olivenblättertée, aber wieder in die Tiefen der Vergessenheit versunken ist. Die Sendung hat einen richtigen Boom ausgelöst und dieser Zaubertrank wird nun wieder von Jung und Alt getrunken. Er ist ganz schön bitter und soll bei Bluthochdruck, Herzkreislauferkrankungen, Psoriasis, Pilzkrankungen und sogar Aids helfen. Also nicht nur antibakterielle Wirkung haben, sondern auch gegen Viren erfolgreich eingesetzt werden. Wichtig dabei ist natürlich, dass man ungespritzte Blätter benutzt um den Extrakt herzustellen. Ansonsten kann man sich Nebenwirkungen zuziehen, von denen man keine Ahnung hat woher sie kommen.



Einem Bericht zufolge konnte der Arzt Robert Privitera jr. 1995 bei einem HIV-Patienten die Viruslast von 58'000 Viren/ml auf unter die Nachweisgrenze senken. Die Paracelsus-Schulen sollen von einem Olivenblättertée berichten, dessen Einnahme über eine Woche Stress und Menopausen-Beschwerden lindern. Ausserdem wird dem Extrakt eine Energiespendende Wirkung nachgesagt, eine natürliche Alternative also zu chemischen Aufputzmitteln. Seit längerer Zeit schon wird immer wieder labortechnisch erforscht warum die Produkte des Olivenbaums so gesund sind. Bevor die technischen Möglichkeiten solcher Forschungen bestanden, konnte man es nur an den Menschen selber sehen, die es täglich und in "rauhem Mengen" benutzten. Sie wurden alt ohne wirklich alt zu werden.

Anfang des 20. Jahrhunderts wurde es dann möglich einen bitteren Stoff aus den Blättern zu isolieren, den man später Oleuropein nannte. Dieses ist auch mitverantwortlich für die hohe Widerstandsfähigkeit des Olivenbaums. Erst in den 1960-er Jahren jedoch begann man mit der systematischen, wissenschaftlichen Erforschung des Olivenblattes. Es konnten bakterizide und viruzide Wirkungen seiner Inhaltstoffe nachgewiesen werden. Heute weiss man, dass nicht das Oleuropein selber diese therapeutische Wirkung hat, sondern sein Spaltprodukt die so genannte Elenolsäure. Die Elenolsäure kommt also nicht natürlicherweise im Olivenblatt vor, sondern entsteht erst nach der Aufnahme im Körper als Spaltprodukt des Oleuropeins. Mit anderen Worten: Nimmt man Oleuropein, in Form von Olivenöl oder in komprimierter Form von Olivenblattextrakt auf, wird es im Körper gespalten und die so entstandene Elenolsäure kann ihre Wirkung im Organismus entfalten.

Das tönt nun so gut und gesund, dass wir eigentlich anfangen müssten Olivenblattextrakt herzustellen. Doch in die Heilmittelbranche möchte ich mich nicht vorwagen. Auch habe ich das Gefühl, dass man solch konzentrierte Extrakte nicht bedenkenlos und über lange Zeit regelmässig einnehmen sollte in der Hoffnung dass man alt wird ohne älter zu werden. Als Alternative zu chemischen Heilmitteln gebe ich ihm auf jeden Fall den Vorrang. Warum nicht bei Beschwerden eine Kur auf natürlicher Basis machen? In Form einer zeitlich beschränkten Kur oder als Alternative wenn man "schon alles versucht" hat. Ich für mich werde diesen Versuch machen wenn ich das Gefühl habe ich bräuchte wieder mal einen Energieschub. Aber auch hier: *pan mètron àrìston*, wie die alten Griechen sagten: alles mit Mass.

Wenn Ihr Interesse habt um zu Olivenblattextrakt zu kommen, ich habe eine Internetadresse aus der Schweiz wo Ihr solches bestellen könnt. Auf Anfrage schicke ich sie euch gerne zu.

4. Rezept Haarpackung - Olivenöl auch für die Körperpflege

Zutaten für ein Oliven-Klettenwurzels-Öl: (aus: Olivenöl - die Medizin auf dem Teller)

1 Handvoll getrocknete Klettenwurzeln
2,5 dl Olivenöl
1 ml ätherisches Vetiveröl
1 ml ätherisches Sandelholzöl
1 ml ätherisches Orangenöl

Zubereitung:

Klettenwurzeln mit leicht angewärmtem Olivenöl übergießen. Gut verschlossen bei Zimmertemperatur drei Wochen stehen lassen und öfters schütteln. Abseihen, ätherische Öle hinzufügen und in einer dunklen Flasche aufbewahren.

Anwendung:

Etwa 5 ml Oliven-Klettenwurzels-Öl in ein Eigelb gut einrühren, auf das feuchte Haar und den Haarboden auftragen und mindestens 30 Minuten unter einer Plastikhaube einwirken lassen. Danach das Haar gründlich zweimal waschen und mit einer Essig-Wasser-Spülung (1:7) klären. Bei der alternativen "Haarkur ohne Ei" würden Sie Ihr Haar nur mit Oliven-Klettenwurzels-Öl "tränken".

Haarspitzenpflege: Vor jeder Haarwäsche die Haarspitzen mit Oliven-Klettenwurzels-Öl einreiben.

5. Der Olivenhaini meint...mein Freund aus der Stadt

Zum Valentinstag habe ich eine Postkarte gekriegt. Zuerst freute ich mich riesig, dann wurde ich traurig. So traurig, dass ich mich in mein Haus eingeschlossen habe. Ich habe mir schöne Musik aufgelegt und gewartet bis es vorbei ging und jetzt geht es schon wieder besser. Warum? Rolf und Sonja reisen doch oft herum. Da bin ich einmal mitgegangen als sie in eine grosse Stadt gingen. Für mich war es ziemlich langweilig und da bin ich bummeln gegangen. Plötzlich hatte ich etwas Komisches gesehen. Etwas wie mich und doch nicht ganz. Ich habe mich dann getraut dieses Etwas anzusprechen und dabei gelernt, dass es nicht nur Olivenhainis gibt. Es gibt noch andere Hainis. Dies war ein Lindenhaini. Er war sehr fröhlich und ist immer rumgetanzt in den Strassen und zwischen den Beinen der Menschen. Manchmal hat er ihnen sogar ans Bein - nein, ich sage es nicht!

Ihm gefällt es sehr gut in der Stadt, im Gegensatz zu mir. Nach den paar Tagen hatte ich einen richtigen Freund in der Stadt gewonnen und ab und zu schreiben wir uns. Nun habe ich eine Postkarte von ihm bekommen wo er mir mitteilt, er habe einen sehr unglücklichen Bekannten in der Stadt, den Akazienhaini. Eines Tages wollte der Lindenhaini den Akazienhaini besuchen gehen. Dieser war jedoch nicht zu Hause und wenige Tage später hatte er einen Brief von ihm bekommen, aus einer noch grösseren Stadt. Diesen hat er nun an mich weiter geschickt und mich macht es ganz traurig - gleichzeitig bin ich aber auch froh in einem Olivenhain wohnen zu dürfen. Lest nur, was in diesem Brief steht:

Der Grosstadtbaum

Ein Baum steht in der grossen Stadt,
wo er nur wenig Sonne hat,
verlassen und alleine.

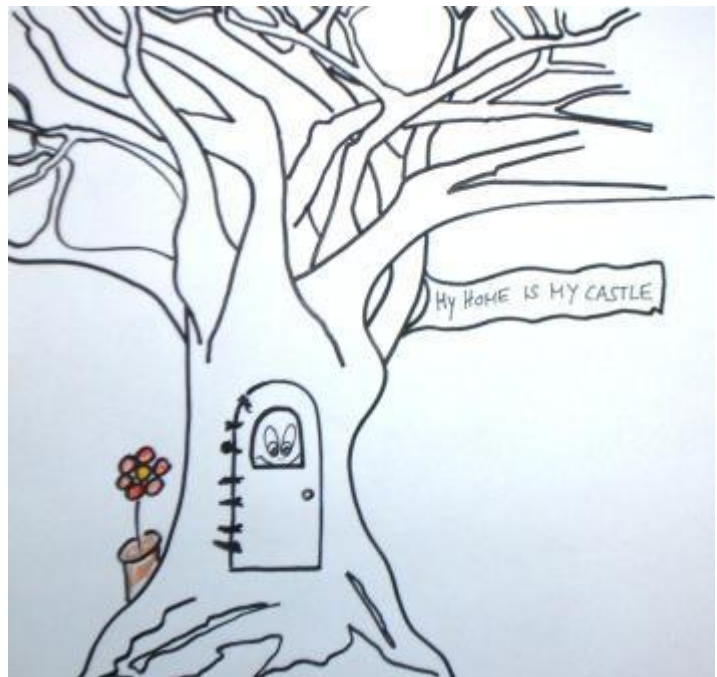
Von Osten her ein schmaler Gang,
von Westen her ein Schienestrang,
von Süd und Nord nur Steine.

Ich blieb oft vor dem Baume stehn.
Er hat mich schweigend angesehen,
als wollte er mich grüssen.
Die Wurzeln unter dem Asphalt,
sie sehnten sich nach einem Wald,
wie ich mit müden Füssen.

Der Baum schaut mir in das Gesicht,
als wollte er mit seinem Licht
mir einen Trost bereiten.

Er muss hier Jahr um Jahre stehn
und hatte nie ein Reh gesehn
und all die Herrlichkeiten.

Bist du auf einen Platz gestellt,
der dir nicht sonderlich gefällt,
dann denk an die Akazie.
Wenn dich das Schicksal nicht verpflanzt,
dann halte aus, so gut du kannst,
und dulde still, mit Grazie



Ja, er war wirklich traurig der Olivenhaini, doch jetzt turnt er wieder in seinem Baum herum. Bis zum nächsten Mal schicken wir euch ganz liebe Grüsse in eure Stuben

Rolf und Sonja