

Olivengeflüster

<Neues aus dem Olivenhain>

Dies ist ein Informationsmail rund um Oliven, Olivenöl und mehr von Rolf und Sonja.

Es wird nur an Leute verschickt die es möchten.

Sollten Sie es nicht wünschen, geben Sie uns Bescheid!

Info Nr. 9 vom 31.03.05



Yassas - Grüezi mitenand

Frühling, Frühling, Frühling...endlich! Eine so lange Schlechtwetterperiode wie im Februar haben wir schon lange nicht mehr erlebt. Regen, Regen, Regen und dazwischen grau in grau. Wir wollten diesen Winter noch mindestens einmal Skifahren auf dem Peloponnes. Es war fast unmöglich, denn immer wenn wir Zeit gehabt hätten, waren die Lifтанlagen wegen hohem Schneefall, oder Schneesturm geschlossen. Und dass im Süden von Griechenland! Doch überall wo Schatten ist, muss auch Licht sein - es gab laut Wettervorhersage zwei aufeinander folgende Tage mit Sonnenschein. Sofort haben wir unsere anderweitigen Pläne über den Haufen geworfen und sind an einem dieser Tage nach Kalavrita und somit Richtung Skigebiet aufgebrochen. Whouh! Was für eine tolle Entscheidung, einfach nur super! Skifahren unter blauem Himmel mit Blick aufs Meer - wirklich ein tolles Erlebnis. Hier könnt Ihr Euch selber ein Bild machen:

<http://www.kalavrita-ski.com/gr/> (die Seite ist auch in Englisch).

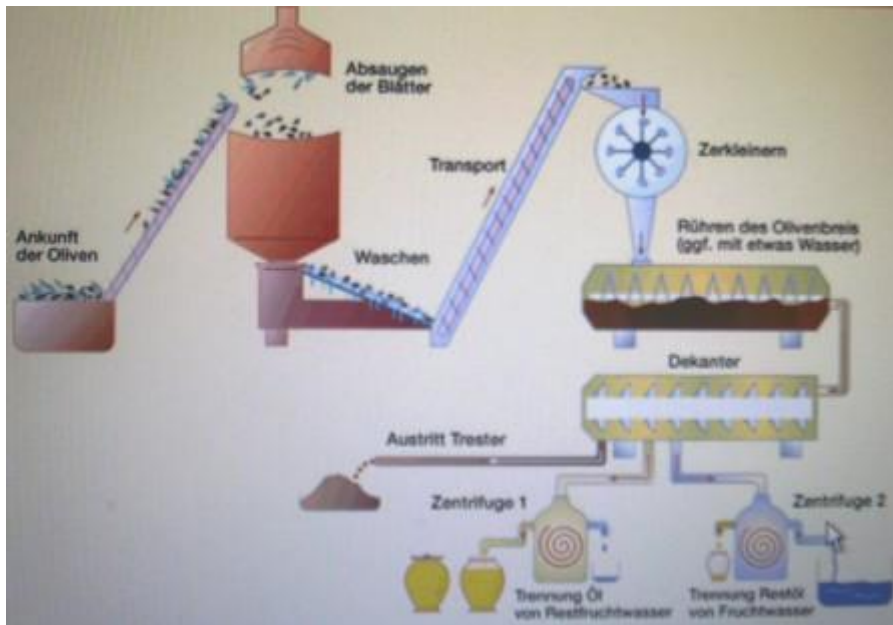
Aber eben - jetzt ist Frühling, die schönste Jahreszeit in Griechenland. Die Wiesen in den Olivenhainen wechseln fast täglich die Farbe durch die Vielfalt der wachsenden Blumen. Sonne wärmt Körper und Gemüt und Steifzüge durch die Natur sind äusserst erquickend. Nicht nur erquickend, sondern auch lohnenswert. Denn jetzt ist die Zeit der Wildspargeln. Ein äusserst schmackhaftes Wildgemüse, von dem wir jetzt fast täglich in irgendeiner Form eine Portion essen. Um eine gute Handvoll zu sammeln, was zwei Portionen ergibt, braucht es ungefähr eine Stunde Naturspaziergang und ein wachsames Auge. Diese Stunde nehme ich mir fast täglich und das Ergebnis ist ein wirklicher Genuss...



-
- 1. Die Olive im Zyklus des Jahres (4 - Modernes Verfahren der Olivenölgewinnung)**
 - 2. Satz im Ölkanister**
 - 3. Eine Symbolik des Ölbaums in Nordafrika**
 - 4. Eine tropische Verführung**
 - 5. Der Olivenhain meint...**

-
- 1. Die Olive im Zyklus des Jahres (4 - Modernes Verfahren der Olivenölgewinnung)**

Im letzten Olivengeflüster habt Ihr erfahren, wie auf traditionelle Weise Olivenöl hergestellt wird. Wie überall wo mit Maschinen gearbeitet wird, gibt es einen technischen Fortschritt, so auch im Olivensektor. Das hat nicht nur immer Nachteile und ich glaube auch, dass man nicht drum herum kommt, um mit der Zeit zu gehen. Die einen ein bisschen schneller zwar als die andern, nur vergöttern sollte man weder das eine noch das andere. Jorgos Skarpalezos, der Hersteller Eures Öls, hat sich ganz und gar der traditionellen Art verschrieben und wird solange er lebt nicht umstellen. Zum einen aus traditionellen, zum andern auch aus Überzeugungs-Gründen. Und ich bin sicher, in ein paar wenigen Jahren kommt noch etwas ganz anderes dazu; nämlich die Tatsache, dass es nur noch eine Handvoll solcher Betriebe geben wird, die sich das Label auf 'traditionelle Art und Weise gewonnenes Olivenöl' anhängen dürfen - und dann ist euer Olivenöl auch schon wieder etwas Exklusives. Noch exklusiver als es jetzt schon ist.



Die Prinzipien mit

den neuen Verfahren, den sogenannten Endlosschlaufen, sind dieselben geblieben. Die Oliven werden (mit samt den Kernen) zu Brei gemacht und daraus wird, ebenfalls im Kaltverfahren, das enthaltene Öl herausgeholt.

Das zu Brei machen der Oliven übernehmen nicht mehr grosse Granitsteine die die Oliven zermahlen, sondern sie werden in einem grossen Zylinder regelrecht zu Brei geschlagen. Ähnlich wie bei einem grossen Schredder geschieht dies mit einem schnell rotierenden Edelmetallschwingrad. (Es gibt auch ein paar wenige Hersteller, die Steinmühlen mit modernen Extraktionsgeräten kombinieren.) Hier läuft in ein paar wenigen Augenblicken ab, wofür die Steinmühlen ca. 20 Minuten brauchen. Das Ergebnis ist derselbe Olivenbrei, der nun mit maximum 37 Grad warmem Wasser vermischt (die Masse darf 28 Grad nicht überschreiten um als kalt gepresst zu gelten) und während ca. 25 Minuten in einem Mischbehälter zu einer geschmeidigen Masse umgerührt wird. Dieser Brei kommt nun, anstatt wie bei der traditionellen Methode unter die Stempelpresse, in einen Dekanter. Den kann man sich als übergrosse Wäscheschleuder vorstellen, denn er arbeitet mit dem gleichen Prinzip. Durch schnelles Rotieren der Trommel wird das Wasserölgemisch aus dem Brei geschleudert, wie bei der Wäscheschleuder das Wasser aus der Wäsche. Dieses Ölwassergemisch wird nachträglich in einer Zentrifuge getrennt und übrig bleibt das frische Olivenöl. Auch dieses Öl wird in der Regel noch filtriert bevor es in den Handel kommt.

Klar, dass alle die mit dieser Technologie arbeiten schwören, dies sei das Nonplusultra unter den verschiedenen Olivenölherstellungsmethoden. Einen erheblichen Qualitätsunterschied zwischen der traditionellen und der oben beschriebenen Methode gibt es nicht. Nur dass die traditionelle Methode verschwinden wird, denn die neuen Verfahren sind um ein Vielfaches rationeller und kommen auch mit viel weniger Personal aus...

In beiden Fällen bleibt ein Oliventrester, auch Presskuchen genannt, übrig. Was damit geschieht ist Thema im nächsten Olivengeflüster.

2. Satz im Ölkanister

Die Ölkanister gehen langsam der Neige entgegen. Sie werden leerer und leerer und man freut sich, dass es schon bald wieder Nachschub aus der neuen Pressung gibt. Beim einen oder andern löst das Leeren eines Kanisters nicht nur den Wunsch nach Nachschub aus, sondern ist auch gleichzeitig Punkt von Verunsicherung. Es kommen so komische Schlieren zum Vorschein und man fragt sich: "Was ist denn das?" Obwohl unser Öl filtriert wird, kann es vorkommen, dass sich immer noch Zellulose(Fruchtfleisch)-Reste im Öl befinden.



Das Öl wird nach dem Pressen durch einen einfachen Papierfilter, so wie sie auch beim Wein benutzt werden, gepresst. Alle groben Rückstände werden dabei zurückgehalten. Die für Geschmack und Gesundheit wichtigen Bestandteile bleiben jedoch im Öl enthalten. Die Filter lassen aber auch schon mal ein wenig Fruchtfleisch durch, was dann dicker wie das Öl selber ist. Bei der Zwischenlagerung bis zur Abfüllung setzt sich dieser Satz wieder am Boden des Lagertanks ab. Nun ist es aber eine Sache des Timings, zwischen Filtrierung und Abfüllung. Wenn es zu kalt ist, kann nicht filtriert werden, weil das Öl ausgeflockt (gekallt) ist und die Konsistenz fast schon von Margarine hat. Kennt ihr sicher von Olivenöl, das mal im Kühlschrank, oder einem kalten Keller gestanden hat. Im Frühling dann, wenn es wärmer wird, so wie jetzt, kann dann endlich filtriert und in die Zwischenlagertanks umgefüllt werden. Dann kommt schon bald der Rolf daher und will, dass endlich sein Öl abgefüllt wird, denn er düst schon bald los in die Schweiz um es an seine treuen Kunden zu verteilen. Tja, und wenn der dann so im Zeug rum hetzt, hatte das Öl noch gar keine Zeit, sich abzusetzen, d.h. das Fruchtfleisch schwimmt immer noch im Zwischenlagertank umher, wird mit abgefüllt...und setzt sich dann erst im Kanister ab, den der Rolf verteilt. Eine Version, wie das passieren kann. Das Ergebnis braucht aber keine Angst oder Panik auszulösen. Es sind wie gesagt nur Fruchtfleischreste. Es gibt Abfüller, die ihr Öl gar nicht filtern und es als 'naturtrüb' in den Handel bringen. Bei uns kommt dies jedoch aus hygienischen Gründen gar nicht in Frage...obwohl man noch etwas Gewinn mehr damit machen könnte, denn erstens verkaufen die Leute dieses Öl fast schon als Mythos (auch im Preis) und zweitens kann man das was bei uns als Menge (einige Kanister) rausgefiltert wird, gleich als teure Medizin mitverkaufen - und auch das wird getan... Wenn jemand also einen Satz im Kanister findet, vielleicht nicht mehr direkt an den Salat giessen, sondern eher zum Braten benutzen. Wer sich vor

einem Satz schützen will, der kann den Kanister vor jedem Umfüllen kräftig schütteln, damit er sich auf die ganze Menge verteilt, sowie man das ja auch z.Bsp. mit einem natürlich hergestellten Apfelsaft macht.

3. Eine Symbolik des Ölbaums in Nordafrika

Als was betrachtet man den Olivenbaum, nebst Nahrungsspender, in Nordafrika noch? Als Symbol für die Einheit des Mittelmeerraumes, die auf die Epoche des Römischen Reiches zurückgeht.

In der Tradition des Maghreb (die nordafrikanischen arabischen Staaten) unterscheidet sich die Symbolik des Olivenbaumes deutlich von der anderer Fruchtbäume wie etwa dem Feigenbaum oder der Dattelpalme. Mündliche Überlieferungen der Kabylen, einer Stammesgruppe Nordalgeriens, stellen die Olivenbewirtschaftung als eine von Fremden eingeführte Kultur dar. In späteren, schriftlichen Erzählungen dagegen wird der Olivenbaum zu einem Symbol des Unabhängigkeitskampfes. Denn wenn der Olivenanbau auch von den einstigen Kolonisatoren, den Römern, übernommen wurde, so hat er sich doch bei den Kabylen zu einer eigenen Tradition entwickelt, die auch nach dem Rückzug der Römer beibehalten wurde. Später, während den Unabhängigkeitskämpfen gegen die Türken (nicht nur Griechenland war von ihnen besetzt...) wurde der Olivenbaum für die Menschen in der Kabylei gar zur Überlebensfrage. Nach der Vertreibung der Türken war der Olivenanbau fest mit der wieder gewonnenen Freiheit verbunden.

Betrachtet man die neueren wirtschaftlichen Entwicklungen im Maghreb, kommt man zu einem überraschenden Ergebnis. So produziert der Maghreb zwar Oliven, aber lediglich Marokko und Tunesien gehören zu den Exporteuren von Olivenöl. Der Rückzug der Olive geht einher mit dem zunehmenden Ackerbau, wie er von den Kolonialherren des 19. Jhds. eingeführt wurde. Um rentablere Ernten zu haben, bauten sie im fruchtbaren Norden vermehrt Getreide an, während der Olivenanbau in die Berge verdrängt wurde. Gegen diese Art von Monokultur, die sich auf den (auf künstliche Bewässerung angewiesenen) Getreideanbau spezialisierte und den Olivenanbau an den Rand drängte, regt sich heute in Ländern wie Tunesien Widerstand. Der zeitgenössische Mythos vom Olivenbaum befindet sich hier also an einem Punkt, wo man ihn nicht unbedingt erwartet hätte: im Kampf gegen die Modernisierung.

4. Eine tropische Verführung

Pistazientraum mit Ananas

Für eine Cakeform von 35 cm Länge

Zutaten:

Teig

20 g Natives Olivenöl Extra

80 g Pistazien ohne Schale (in Reformhäusern)

2 Eigelbe

100 g Mascarpone

100 g Zucker

130 g Mehl

2 Briefchen Vanillezucker

Füllung

6 Ananasscheiben in Stückchen geschnitten

120 g Pistazien

80 g Zucker

3 Eiweiss steif

1 Eigelb

2 EL Zitronensaft

Dekoration

2 EL Pistazien gerieben

Pistazien, falls gesalzen, unter fließendem Wasser kurz spülen und trocknen lassen. Alle Pistazien mit Mixer fein mahlen.

Für den Teig Eigelbe, Mascarpone, Olivenöl und Zucker mischen. Pistazien und Mehl zugeben. Zu einem Teig zusammenfügen und in die geölte Cakeform mittels Teigschaber verteilen und glatt streichen.

Backen (nur Teig):

Unten/ 180° / 20 Min.

Für die Füllung Eiweiss und Zucker zusammen steif schlagen. Pistazien, Eigelb und Zitronensaft sorgfältig darunter mischen. Ananasstückchen auf Teigboden verteilen und Eischneemasse darüber verteilen. Glatt streichen. 2 EL geriebene Pistazien entlang der Mitte über die ganze Länge streuen und mit Löffel etwas in den Eischnee drücken.

Backen:

Unten/ 140° / 30 Min. Im geöffneten Backofen 30 Min. auskühlen lassen.

Mit Sahne serviert ist es ein herrlicher Traum ☐ ersetzt dann vom Nährwert her aber eine Mahlzeit.



Othorexia nervosa - wisst Ihr was das ist? Unvorstellbar, was es in der Welt der Menschen alles gibt. Ich habe meinen Augen und Ohren nicht getraut als ich das vernommen habe. Doch die Quelle ist zuverlässig. Denn in meinem Olivenhain habe ich einen Satelliten-Buschtrommel-Empfänger und da gibt es einen ganz seriösen Nachrichtenübermittler. Der heisst 11 vor 11 und darin hat Frau Inga-Maria Richberg (Chefredakteurin) folgendes erzählt:

Erfundene Krankheiten

Achten Sie beim Einkaufen auch darauf, dass Gemüse und Obst frisch sind? Fragen Sie im Zweifel nach, wie lange die Waren unterwegs waren? Oder interessiert es Sie, ob die Eier auch tatsächlich aus Freilandhaltung kommen, wie auf der Packung aufgedruckt? Dann leiden Sie unter *Othorexia nervosa*, zu Deutsch: krankhaftes Besorgtsein um eine gesunde Ernährung.

Diese neue Krankheit hat sich jüngst die Medizin einfallen lassen. Als ich das erste Mal davon in einer Fachzeitschrift las, hielt ich diese Sache noch für einen - schlechten - Scherz. Inzwischen habe ich jedoch einsehen müssen, dass es der Schulmedizin bitterernst mit dieser angeblichen Krankheit ist. Menschen wie Sie und ich, die nicht mehr brav alles schlucken, was uns die Lebensmittelindustrie mit schmeichlerischen Werbesprüchen vorsetzt, sondern die kritisch nachfragen und sich um neue Quellen für eine gesunde Ernährung bemühen, sollen krank sein. Das ist doch der Hammer!

Dass das der Hammer ist finden wir auch, und ich habe auch überprüft, was mir der Olivenhain da wieder zugeflüstert hat. Mehr darüber hier:

www.eufic.org/de/food/pag/food42/food421.htm, ist zwar eine etwas andere Version als die des Olivenhainis, aber: schlussendlich sind wir doch alle wieder selber für uns verantwortlich, wenn wir uns 'krank machen' lassen.

Alles Liebe bis zum nächsten Mal
Rolf und Sonja