

Frühlings-Olivengeflüster

- Neues aus dem Olivenhain -

Info Nr. 81



21.03.2015

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 Bescheid: [Unsubscribe](#)

Alle bisherigen Olivengeflüster sind [hier](#) zu finden.

Yàssou - Hallo

Frühling, die farbenprächtigste Jahreszeit, mindestens hier in Griechenland. Eine Freude sich in der Natur aufzuhalten, eine Freude dem Vogelgezwitscher zuzuhören, eine Freude Wildspargel zu sammeln, eine Freude Fahrrad zu fahren, eine Freude ein neues Olivengeflüster zu schreiben:

-
1. **Alt, älter am ältesten**
 2. **Olivenöl-Cocktail**
 3. **Clean-Eating**
 4. **Rezept: ganz normale Spaghetti**
 5. **Der Olivenhaini meint...Global-Player**

1. Alt, älter am ältesten

Alt, älter am ältesten...wer kann es für sich in Anspruch nehmen? Syrien, Kreta oder nun ganz neu Israel? Es geht nicht um die Gründung der Menschheitsgeschichte, nein, sondern um die ältesten Nachweise von Olivenöl. Lange galt der nahe Osten um Syrien-Libanon-Iran als der Ursprung von Olivenöl, dann wurde es von Kreta abgelöst als man 6000 jährige Rückstände von Olivenöl in Tonkrügen nachweisen konnte. Ab sofort gehört diese Trophäe nun Israel mit 8000 Jahren.

In der Provinz Galiläa wurden bei [Ausgrabungen](#) Tongefässe aus der Bronzezeit gefunden die Spuren von Olivenöl enthalten. Als besonders interessant wurde dabei herausgekehrt, dass die Zusammensetzung heutigem Olivenöl sehr ähnlich ist. Schon erstaunlich, was mit neuester Technologie gemessen werden kann. Erstaunlich auch wie alt dieses Lebensmittel wirklich ist. Auch wenn nicht nachgewiesen werden konnte, ob das gefundene Olivenöl damals, vor 8000 Jahren, zu Speise- oder lediglich Beleuchtungszwecken gebraucht wurde.

2. Olivenöl-Cocktail

Wenn ein Produkt erst mal in aller Leute Munde ist, dann wird auch immer weiter damit herum experimentiert. Olivenöl zuerst nur ganz zaghaft am Salat. Später direkt aufs Brot, dann in der warmen Küche, zum Backen von Süßem und Pikantem, sogar in der [Molekularküche](#), jetzt neu und trendig auch in Cocktails. Die Olive im Martini war ja auch schon vor James Bond weltberühmt. Doch nun geht es weit darüber hinaus.

Da gibt es zum Beispiel die Kreation "Oliveto" mit Olivenöl, rohem Eiweiss, Zitrone, Licor 43 und Gin, wobei das Eiweiss auch als Emulgator für Wasser und Olivenöl dient. Kräftig geschüttelt ergibt sich ein schaumiger Cocktail wie auf dem Foto.



Ich selber bin nicht so angetan von solchen Mixgetränken. Sollte es jemand von euch jedoch ausprobieren...einfach einen kurzen Erfahrungsbericht schicken, ich bin sehr gespannt :-)
Weil vorstellen kann ich mir eine solche Kombination sehr gut, trendiges Getränk in einer trendigen Bar. Vor 30 Jahren war die Vorstellung von Erdbeeren mit Pfeffer auch eher abwegig. Heute gibt es Erdbeereis mit Pfeffer zu kaufen...und ein altes Hausrezept, das es wirklich in sich hat, ist ein Hustensirup à la griechische Oma. Ich hatte es in einem früheren Olivengeflüster schon einmal erwähnt, wiederhole es aber hier gerne, auch wenn ich vielleicht "zu spät" bin, denn die grosse Grippewelle scheint vorbei zu sein. Also, präventiv für die nächste...

Es ist ein Mixgetränk das ich selber anwende bei Anzeichen von Grippe oder Erkältung: Zu drei gleich grossen Teilen Honig, Ouzo und Olivenöl in ein Glas geben (ca. 1 dl Gesamtmenge) und sehr gut verrühren, was ein wenig Mühe kostet. Das Ganze in kleinen Schlückchen über den Abend verteilt trinken, wobei vor jedem Schluck wieder umgerührt

werden muss. Das hilft wirklich und schmeckt (mir jedenfalls) auch sehr lecker ;-) Sonja trinkt es möglichst rasch aus und geht direkt ins Bett.

3. Clean-Eating

Eine weitere von vielen Strömungen im Ernährungsbereich: Clean Eating. Übersetzt heisst das in etwa "sauberes Essen". Ist das nicht das was wir alle wollen? Oder mindestens sollten alle das Recht haben zu sauberem Essen zu kommen. Bei Clean Eating geht es darum Lebensmittel in ihrer Urform weiter zu verwenden. Ohne Zusatzstoffe, ohne Stabilisatoren, ohne Klump- oder Antiklumpmittel, ohne Geschmacksverstärker, ohne künstliche Aromen usw. Was mir dabei gefällt ist, dass man sich wieder mit dem was man zu sich nimmt auseinandersetzt. Denn ganz einfach ist es heutzutage nicht mehr um zu 'Clean Eating' zu kommen. Und vor allem, man muss (wieder) von Grund auf selber kochen. Etwas was vor der Industrialisierung von Nahrungsmitteln zum Alltag gehörte - heute wird es fast schon stilisiert. Hier eine 6-minütige [Dokumentation](#) zu 'Clean Eating'.

Auch bei dieser Strömung ist meine Meinung, dass es ungesund ist extrem zu sein. Denn alle Extreme gipfeln irgendwann in Unverträglichkeit. Sei dies im Sport- Politik- oder eben auch im Ernährungsbereich. An der Spitze findet sich dann die krampf- und schliesslich krankhafte Auseinandersetzung mit dem Thema. Auch diese hat 1997 einen Namen bekommen und ist mehr oder weniger genau umschrieben, wenn auch schulmedizinisch nicht anerkannt. Sie nennt sich Orthorexia. Zusammengesetzt aus dem griechischen "orthos" für "(auf)richtig" und "orexi" für "Appetit". Hier eine interessante 4-minütige [Zusammenfassung](#) zu diesem Thema.

Wie gesagt, dies die übersteigerte Form von Clean Eating. Ich weiss nun nicht, ob es bei mir auch langsam eine Altersfrage ist...doch ich stehe solchen Strömungen je länger je mehr gelassen, um nicht zu sagen gelangweilt gegenüber. Doch dann kommt wieder diese Stimme die sagt: "Es hat auch sein Gutes. Nicht einfach negieren oder ignorieren! Es gibt viele Leute denen genau diese Strömung zusagt, die genau über diese zu mehr Sensibilität gelangen. Sensibilität die sie vorher schon haben wollten, nur hatte es nie so richtig geklappt. Jetzt haben sie eine Möglichkeit gefunden."

Ist ja auch das Schöne in unseren Breitengraden und politischen Systemen - wir haben mehr oder weniger die freie Wahl. Ja, und ich muss all diese Trends gar nicht gut finden. Ich kann sie umgehen, auslassen und in jedem Fall komme ich auf die Weisheiten der alten Griechen zurück: "pan mètron àrìston" - alles mit Mass oder "en oïda òti oudèn oïda" - ich weiss, dass ich nichts weiss.

4. Rezept: ganz normale Spaghetti

Eine Nachricht wie der folgende Auszug aus einer Email freut uns natürlich immer sehr... :-)) und das Rezept, da sind wir sicher, schmeckt lecker:

Vielen lieben Dank für die feinen Produkte. Es ist immer wie eine Sonne die aufgeht, wenn wir die Oliven knabbern oder das Olivenöl benutzen. Und es ist viel Liebe drin, das spüren wir. Es ist täglich im Einsatz.

Ganz ganz fein, haben wir herausgefunden, sind die Oliven gekocht in einer einfachen Tomatensauce. Dann kommt ein ganz spezielles Aroma zur Geltung. Dazu Spaghettini, hmmm fein!

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen im Juni und auf die Souvlaki-Pitta!

Herzliche Grüsse und bis bald

Samantha Moser und Familie



en Guete!

5. Der Olivenhaini meint...Global-Player



Globalisierung, Globalplayers, Multikonzerne - solche und ähnliche Wörter spielen in meinem Olivenhain zum Glück nicht so eine grosse Rolle :-). Obwohl ich hier umgeben bin mit Olivenbäumen, deren Produkt sehr wohl zum Multikonzern-Globalplayer-Produkt avanciert ist. Weil, und nun schau dir mal folgendes an, aber Achtung, es braucht ein bisschen Konzentration um nicht alles durcheinander zu bringen: Ein rieeeeeeesengrosser chinesischer Lebensmittelkonzern (die Bright Food Group Co.) mischt seit letztem Herbst bei einem der weltgrössten Olivenölvermarkter aus Italien (der Salov-Group) mit. Zusammen haben sie nun die USA als potentiellen Grosskunden im Visier. Ok, gross, grösser hin zum Grössten, von mir aus. Spannend dabei finde ich, dass man den Chinesen ja unter anderem einen oberflächlichen Umgang mit Lebensmittelkontrollen nachsagt. Oder auch bei der Herstellung von Lebensmitteln...nicht ganz so sauber, sagt man ihnen nach. Ich weiss es nicht, war noch nie dort.

Wenn jetzt aber der Chinese zusammen mit dem Italiener dem Amerikaner etwas verkaufen will, da kann es schon mal ein wenig aus dem Ruder laufen. Denn die Italiener, sagt man ihnen nach, verfanschen ja gerne Olivenöl. Die Amerikaner, sagt man ihnen nach, prozessieren sehr schnell gegen alles und jeden. Und dort gibt es auch einen noch grösseren Verbraucherschutz, in Amerika meine ich, als in Europa, geschweige denn als in China. So wurden in diesen Tagen der weltgrösste Olivenölkonzern (die spanische

Deoleo mit u.a. den Marken Bertolli und Carapelli) und eben diese Salov Group (jetzt eben chinesisch gewordene, mit u.a. der Marke Fillipo Berio) mit amerikanischen Sammelklagen belegt. Ja, so was geht in Amerika. Man tut sich zusammen wenn einem etwas nicht passt und dann kann man auch gegen Multis klagen.

Geklagt wurde über, wie wenn auf einer alten Schallplatte die Nadel hängen geblieben wäre bei der ersten Strophe des Olivenöl-Liedes, "es ist nicht drin was auf der Etiketete steht". Nach den Angaben auf dem Etikett sollte es italienisches Olivenöl sein, ist in Tat und Wahrheit aber...na ja, du weisst schon...

Also, ich fasse olivenhainisch zusammen: Chinesen verkaufen italienisches Olivenöl welches keines ist in Amerika und fliegen damit auf.

Was bin ich froh, dass meine Welt um einiges kleiner ist!! Und ich gebe dir liebend gerne etwas vom Olivenöl aus den Olivenhainen in meiner Region ab...vorausgesetzt du hast bei Rolf und Sonja etwas bestellt ;-)

Wir wünschen euch eine tolle Zeit, bald schon frohe Osterfeiertage und viel Leichtigkeit in diesen schönen Frühlingstagen!

Rolf und Sonja

Dieser Newsletter wurde an [email address] versandt aufgrund einer Anfrage
Verantwortlich für den Inhalt, wobei ich auf keinen Inhalt Allgemeine Rechte geltend mache und oftmals lediglich meine persönliche Meinung abgebe: Rolf Roost, Email-Adresse siehe Absender