



Oli d'oliva | Pixabay

5' 

TOT Olis

L'oli verge extra a la cuina: un tema molt complex

Les funcions de l'oli a la cuina són molt diverses



Montserrat Jiménez i Agustí Romero (IRTA-Mas Bové)

16/01/2023 19:13

A Catalunya trobem més de 90 varietats d'olivera i cadascuna fa un oli d'oliva verge extra diferent (tornarem un altra dia sobre aquest concepte).

Les funcions de l'oli a la cuina són molt diverses. Pot aportar el sabor propi al conjunt del plat, però també pot ajudar a distribuir i homogeneïtzar els diferents sabors de cada component de la recepta en una sola percepció aromàtica del plat cuinat. En molts casos l'oli és el medi de cocció i facilita la transmissió de la temperatura a l'aliment, especialment en les diferents tècniques de fregit. També és un medi de conservació, o pot formar part d'emulsions, etc.





Oliva varietat 'Empeltre' | IRTA

Si considerem l'enorme quantitat de possibles combinacions entre *tipus d'oli verge extra – diferents components d'una recepta – variants dins una mateixa tècnica de cocció*, podem començar a intuir **la complexitat que representa entendre el comportament de l'oli verge extra a la cuina**. Quan cuinem amb un oli vegetal refinat (gira-sol, oli de sansa...) la qüestió de l'oli es redueix a què passa si hi poso més o menys quantitat d'oli; però quan utilitzem oli verge extra les preguntes es multipliquen: I si canviem la varietat? I si utilitzem un oli d'inici de collita? I si el triem de la zona de muntanya? I si ve de regadiu o de secà? I si està més o menys filtrat? I si el molí treballava amb més o menys temperatura? I si combinem dues o tres varietats? I moltes més.

Sembla lògic pensar que **la feina a fer és immensa** i que només un equip dedicat exclusivament a donar resposta a totes aquestes preguntes pot avançar



significativament en la seva resolució. Aquesta és la finalitat de la cuina experimental d'olis de l'IRTA. No es tracta de desenvolupar noves tècniques de cuina, cosa que ja fan els especialistes d'altres institucions i els mateixos cuiners, si no de verificar **com es comporta cada oli verge extra català front una determinada tècnica gastronòmica** i explicar-ho tant als productors com als cuiners.





Carpaccio de xampinyó amanit amb oli verge extra | IRTA

Comencem, per exemple, amb un **carpaccio de xampinyó amanit amb oli verge extra**. El consum d'oli aproximat és de només 0,75g d'oli per cada 25g de ració final. Els aromes suaus del xampinyó cru semblen encaixar molt bé amb les notes de fruits secs que presenten algunes varietats d'olivera, especialment quan les olives es cullen madures. En canvi, olis d'aromes molt intensos i de tipus verd poden descompensar la recepta, tapant els matisos del xampinyó. D'altra banda, l'amargor de l'oli pot ser un factor limitant en aquest tipus de carpaccios, donat que s'identifica perfectament en la combinació xampinyó-oli; tot i així, sembla que olis amb una intensitat d'amargor sota del 4,5 (sobre una escala de 10) es poden acceptar, sempre que la intensitat aromàtica sigui també moderada.

A Catalunya, varietats com l'**Arbequina** madura de la zona de costa, o de les zones d'interior però en regadiu, poden donar un resultat excel·lent. El mateix es pot esperar de la varietat **Empeltre** collida madura a la seva zona típica de la Terra Alta. Però també podríem provar amb olis provinents d'olives madures de les varietats **Sevillenca** del Montsià, la *Corbella* de la zona de Manresa, la **Palomar** d'Olesa, entre d'altres.



Nou comentari

Comentari *



Empty comment box

Nom

Empty name input field

Envia un comentari





V\AdeGust

[Qui som](#)

[Publicitat](#)

[Contacte](#)

[Política de privacitat](#)

Seguiu-nos:



Amb la col·laboració:



Membres associats:



GrupMón

