

Els millors olis d'oliva verge extra de Catalunya 2025: aplicació a la cuina

Descobrim com l'oli d'oliva verge extra pot transformar i equilibrar qualsevol elaboració culinària



Hummus de remolatxa | Freepik

Montserrat Jiménez i Agustí Romero (IRTA- Mas Bové)

07/05/2026 09:36

El dilluns 4 de maig es va organitzar per primera vegada una jornada d'aplicació pràctica de cuina amb els 10 olis guanyadors de la guia dels millors olis de Catalunya 2025 a l'Oleoteca de les Borges Blanques, adreçada a professionals del sector de la restauració.

La sessió va estar dividida en diferents parts i va ser conduïda per Montse Freixa, experta en oli d'oliva verge extra. L'objectiu de la jornada era posar en valor els olis d'oliva verge extra i el seu potencial real a la cuina.

Una idea clau que va recalcar la ponent va ser que "els olis d'oliva verge extra mai espantllen els plats, simplement s'ha de buscar l'equilibri".

La primera part de la jornada es va dedicar a comparar parelles de plats cuinats amb el mateix oli. D'entrada, es van tastar dos olis, en copa de tast, per verificar que poden ser molt diferents. Després, es va tastar un mateix oli d'oliva verge extra amb dos formatges diferents, un fresc i l'altre curat; i també el mateix oli amb dues xocolates de diferent percentatge de cacau per poder apreciar que, en funció de l'objectiu de la recepta, podem potenciar o compensar els sabors.



En segon lloc, Freixa va parlar sobre l'harmonització de l'oli, és a dir, sobre com transformar els plats a través de l'equilibri. Per fer-ho cal d'analitzar el plat (veure la família d'aliments, els ingredients que componen el plat i els atributs importants) i veure què hi predomina més (aliments de fulla verda o vegetals d'estiu, com el pebrot). Una vegada analitzat i definit com és el nostre plat mirarem de trobar l'equilibri, com si es tractés d'una balança, utilitzant l'oli d'oliva verge extra per potenciar o compensar el plat. A tall demostratiu, va presentar dues aplicacions gastronòmiques on es va treballar amb aquests equilibris amb un mateix oli "l'Arbor Sacris" de la varietat 'Farga'. Una primera elaboració, una sardina fumada amb burrata i un tomàquet cirerol escalivat, on l'oli aportava potència per compensar la suavitat del plat; i la segona elaboració, una amanida de ruca amb pollastre arrebossat i parmesà que potenciava els atributs amargs de l'oli i els de la ruca.

La tercera part de la jornada va permetre explicar el seu projecte a dos elaboradors que es trobaven entre els 10 millors olis d'oliva verge extra de la guia d'olis 2025. El productor de l'oli "Coll d'Alba" de la varietat 'Morruda' explicava la passió per poder produir un oli de qualitat i la dificultat que es va trobar quan li demanaven com poder aplicar-ho a la cuina. També, l'empresa Cuadrat Valley, que elabora l'oli "Elixir pinyolada", va explicar el procés i la dificultat per elaborar un oli amb aquestes característiques.

La jornada va acabar amb una presentació de plats elaborats amb els 10 olis, entre les elaboracions es va presentar un hummus de remolatxa o un paté de pebrot elaborat amb nous.

En resum, la jornada va servir per poder donar eines a com podem elaborar un plat amb oli d'oliva verge extra i com hi ha un gran ventall de possibilitats i totes son bones.



Vols ser el primer a rebre les últimes notícies sobre **el món gastronòmic**? Clica [aquí](#) per subscriure't al nostre canal de **Telegram**

T'ha interessat aquest contingut? Subscriu-te al nostre butlletí i rebràs més informació al teu correu electrònic

Subscriure-m'hi

Accepto la [política de privacitat](#)

Nou comentari

Comentari *

Nom

Envia un comentari