

III Forum La Calabria attraverso i racconti:

La cultura millenaria  
dell'olio Extravergine d'Oliva in Calabria:  
storia, paesaggio, salute e gusto in cucina  
e a tavola

21 dicembre 2025

Cirò Marina, Sezione Unione Europea

*Relatori*

Pasca-Raymondo Michele e Aldo Longo (coordinatori), Emilia Reda,  
Milena Verrascina, Gabriella Lo Feudo, Elena Santilli,  
Massimiliano Pellegrino, Amy Riolo, Daniele Castrizio, Natale Carvello,  
Emilia Noce, Lilia Infelise, Thomas Vatrano

# Sintesi

EMILIA REDA<sup>1</sup>, M. VERRASCINA<sup>1</sup>

*“Oleario. Dove l’Italia lascia il segno”: un progetto divulgativo sul mondo dell’olio*

<sup>1</sup> CREA- Centro Politiche e Bioeconomia

“OLEARIO. Dove l’Italia lascia il segno” è un progetto del CREA finalizzato a promuovere una conoscenza più ampia e consapevole dell’olio extravergine di oliva, valorizzandone il ruolo economico, culturale e territoriale. Il progetto coinvolge i Centri CREA Politiche e Bioeconomia (PB), Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura (OFA) e Alimenti e Nutrizione (AN) ed è finanziato dal FEASR nell’ambito della Rete Rurale Nazionale 2023–2027 e della Rete PAC 2025–2029. In un contesto in cui l’Europa produce circa il 64% dell’olio di oliva mondiale e l’Italia, secondo produttore europeo e primo consumatore, concentra gran parte della produzione nel Mezzogiorno, l’olio extravergine di oliva rappresenta un elemento identitario del patrimonio agroalimentare nazionale, la cui conoscenza risulta ancora parziale presso i consumatori. Oleario nasce per colmare tale divario informativo attraverso un insieme articolato di iniziative – convegni, seminari, laboratori didattici e attività di divulgazione scientifica – volte a mettere in evidenza le diverse dimensioni dell’olivicoltura e a rafforzare il legame tra agricoltura, territorio, paesaggio, tradizione e salute. Presentato al Vinitaly 2022, il progetto ha sviluppato numerose attività in ambito nazionale e internazionale, con particolare attenzione alla formazione. L’azione educativa rivolta alle scuole si è concretizzata nella realizzazione di e-book, schede didattiche, podcast, video e del “Trivia Game – Gioca con Oleario”, che ha coinvolto circa 1.600 studenti

di diverse regioni italiane, promuovendo conoscenze su alimentazione mediterranea, qualità dell'olio, sostenibilità e biodiversità olivicola. Nell'ambito del progetto sono state inoltre realizzate Carte degli Oli regionali (Abruzzo, Calabria, Sardegna, Sicilia e Liguria), strumenti divulgativi rivolti in particolare al settore della ristorazione, per orientare il consumatore verso una scelta consapevole degli oli DOP e IGP. Oleario dedica, infine, attenzione all'oleoturismo e al turismo delle radici, attraverso attività di ricerca, collaborazioni internazionali e la piattaforma GeOleario, che censisce ulivi monumentali, musei, frantoi storici e città dell'olio.

Link del Progetto Oleario: <<https://oleario.crea.gov.it/il-progetto-oleario/>>.

GABRIELLA LO FEUDO<sup>1</sup>

*L'etichetta alimentare: strumento utile per una cucina d'autore*

<sup>1</sup> Biologa, esperta in etichettatura alimentare

L'etichetta alimentare rappresenta uno strumento fondamentale nel commercio degli alimenti, poiché garantisce informazione, trasparenza e tutela della salute del consumatore, nel rispetto del principio della libera circolazione delle merci, cardine dell'Unione Europea. Nel tempo, la normativa europea ha progressivamente rafforzato il diritto all'informazione, ponendo il consumatore al centro del sistema. L'etichetta costituisce la prima interfaccia tra produttore e consumatore: orienta le scelte alimentari, responsabilizza l'acquisto e stimola le imprese a fornire informazioni sempre più complete. Il riferimento normativo principale è il Regolamento (UE) n. 1169/2011, di carattere orizzontale, applicabile a tutti gli alimenti preconfezionati, cui si affiancano normative verticali specifiche per singole filiere (uova, latte, carni, conserve, olio). In particolare, l'olio di oliva è uno dei prodotti maggiormente regolamentati, per il suo valore nutrizionale e per la frequente esposizione a pratiche fraudolente. L'etichetta dell'olio deve garantire chiarezza, leggibilità e completezza, distinguendo tra informazioni obbligatorie e facoltative. Queste ultime, pur regolamentate, contribuiscono in modo decisivo alla qualificazione del prodotto: caratteristiche sensoriali, modalità di estrazione, campagna di raccolta, acidità, parametri chimici e claim nutrizionali. Il profilo sensoriale può essere indicato solo previa certificazione di un capo panel; la campagna olearia è riportabile esclusivamente se l'olio proviene integralmente dallo stesso raccolto. Particolare rilievo assume il claim salutistico sui polifenoli (Reg. UE n. 432/2012), utilizzabile solo per oli che contengano almeno 5 mg di idrossitirosole e derivati per 20 g di prodotto, accompagnato dall'indicazio-

ne delle modalità di assunzione e di uno stile di vita attivo. Il Reg. (UE) 1169/2011 richiama inoltre l'esigenza di rendere le informazioni accessibili anche alle persone con disabilità visive. In tale contesto si inserisce la sperimentazione dell'etichetta accessibile, sviluppata dal CREA in collaborazione con l'Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti, che integra scrittura braille e QR code tattili, promuovendo inclusione, autonomia e responsabilità sociale. L'etichetta alimentare, oltre a garantire sicurezza e legalità, diviene così veicolo di valore, autenticità e innovazione, contribuendo alla cultura alimentare e alla qualità della cucina contemporanea.

ELENA SANTILLI<sup>1</sup>

*La Carta degli Oli: lo strumento per esaltare sapori e creatività in cucina.*

<sup>1</sup> CREA Centro Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura

Con la proposta della *Carta degli oli extravergini di oliva*, il CREA, attraverso il progetto “Oleario. Dove l'Italia lascia il segno”, finanziato dalla Rete Rurale Nazionale, intende offrire uno strumento di conoscenza, di valorizzazione e divulgazione della biodiversità olivicola italiana, finalizzato a rafforzare il legame tra produzione, territorio e consumo consapevole. In un contesto in cui l'olivicoltura nazionale è sempre più orientata al miglioramento qualitativo delle produzioni, all'innovazione colturale e alla sostenibilità ambientale ed economica, la Carta degli oli rappresenta un supporto utile alla conoscenza delle caratteristiche varietali e territoriali degli oli extravergini di oliva.

L'Italia è caratterizzata da una notevole eterogeneità dei sistemi olivicoli, espressione di condizioni pedoclimatiche e varietali differenti, la cui coesistenza costituisce un elemento chiave per la competitività del settore. In tale quadro, la Calabria assume un ruolo di particolare rilievo per estensione olivetata e per la ricchezza della propria piattaforma varietale. Il rapporto tra cultivar, microclima e caratteristiche minerali del suolo concorre infatti a definire il cosiddetto “terroir olivicolo”, determinando il profilo sensoriale e l'identità degli oli prodotti.

La Carta degli oli raccoglie le principali varietà impiegate nella produzione di oli monovarietali o blend a Denominazione di Origine Protetta (DOP) e Indicazione Geografica Protetta (IGP), contribuendo a una migliore comprensione delle loro peculiarità organolettiche. Essa si propone inoltre come strumento di supporto al settore della ristorazione, favorendo un uso più consapevole dell'olio extravergine di oliva e un corretto abbinamento con le preparazioni gastronomiche, nel rispetto delle tradizioni locali.

Attraverso la valorizzazione della biodiversità olivicola e della tipicità produttiva, la Carta degli oli favorisce il rafforzamento del legame tra produttori e consumatori e contribuisce alla promozione dei territori olivicoli, intesi come sintesi di patrimonio agricolo, paesaggio e cultura alimentare.

MASSIMILIANO PELLEGRINO<sup>1</sup>

*Viaggio sensoriale tra cibo e olio extravergine d'oliva*

<sup>1</sup> CREA Centro Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura, Capo Panel

L'olio extravergine di oliva può esaltare i sapori di un piatto e persino crearne di nuovi, offrendo al palato esperienze gustative uniche. Ogni extravergine, grazie alle sue peculiarità sensoriali, può modificare l'intensità delle sensazioni e contribuire a nuove percezioni. Oltre al fruttato, l'olio extravergine presenta note di amaro e piccante che valorizzano molti cibi e rappresentano un vantaggio per la salute: entrambe derivano dalla presenza dei fenoli, potenti antiossidanti. Le proprietà organolettiche variano in base a cultivar, clima, annata e metodo di produzione. In cucina l'olio extravergine è protagonista, non semplice accompagnamento: dona gusto, tono e rotondità ai piatti ed è consigliabile usarlo a crudo.

*Fasi dell'assaggio:* l'assaggiatore prende un bicchiere con circa 10 ml di olio, lo copre per concentrare gli aromi, poi lo scopre e valuta il profilo olfattivo con ispirazioni lente. Segue la valutazione orale: un sorso di circa 3 ml viene distribuito in bocca con aspirazioni brevi per percepire le sensazioni gustative e tattili, prestando attenzione all'ordine di comparsa di amaro e piccante. L'olio nebulizzato consente infine la percezione aromatica per via retronasale. L'olfatto, collegato direttamente al cervello, è fondamentale nella valutazione.

*Oli degustati:*

- *Cv Fidelia* (Strongoli, KR): fruttato medio/intenso di oliva verde, erbe aromatiche, carciofo, cicoria, mandorla; amaro e piccante intensi e persistenti.
- *Cv Pennulara* (Caccuri, KR): fruttato medio di oliva verde, carciofo, mela verde, mandorla; amaro e piccante medi e persistenti.
- *Blend Crotone:* fruttato medio/intenso con pomodoro, erbe aromatiche, carciofo, mandorla; amaro e piccante medi e persistenti.
- *Blend Crotone:* fruttato leggero di oliva matura, erbe di campo e mandorla; amaro e piccante leggeri ma persistenti.

*Abbinamenti:* oli fruttati leggeri con cibi delicati; fruttati medi o intensi con piatti saporiti. Fruttato intenso: bruschette, legumi, carni, sughi al pomodoro. Fruttato leggero: carni bianche, crostacei, pesce spada, salmone. Fruttato medio: bruschette, insalate di pomodori, zuppe di cereali, pesce arrosto. Nei dolci, l'olio fruttato leggero sorprende e dona vivacità.