

Comunicato stampa

Le virtù dell'olio extravergine di oliva per la salute e il benessere in un seminario nel padiglione regionale

Fruttato, leggero, fresco, erbaceo. Base dolce per il palato, l'olio extravergine di Puglia accompagna ogni piatto della cucina non solo pugliese: dall'antipasto ai contorni; dai primi ai secondi. È sicuramente un olio di categoria superiore ottenuto direttamente dalle olive e unicamente mediante procedimenti meccanici.

È stato questo il tema del seminario svoltosi nel padiglione istituzionale della Regione Puglia alla Fiera del Levante "Le virtù dell'olio extravergine di oliva: poche gocce per tutelare la salute delle nostre famiglie". L'ente regionale è da sempre impegnato nella tutela e nella valorizzazione dell'"Oro Verde", risorsa inesauribile per un marchio conosciuto in tutto il mondo e che è alla base della dieta mediterranea.

Ricco il parterre che ha relazionato. I docenti universitari Romina Corbo, Bernardo De Gennaro e Salvatore Camposeo hanno posto l'accento sulle qualità organolettiche dell'olio pugliese la cui produzione al 90% la si può dividere in tre grandi branche: Coratina, Cima di Bitonto e Peranzana.

La prima copre la zona del nord barese e la Bat; la seconda il capoluogo di regione con il suo hinterland mentre la terza viene prodotta sotto il caldo sole di Capitanata. A questo proposito è stato sottolineato come la produzione dell'olio di Puglia non sia mai la stessa ma al contrario cambi sempre, a seconda del clima e della quantità di irrigazione dei campi.

Il clima torrido infatti favorisce e accresce la presenza dei polifenoli nei rami e nelle foglie degli alberi. La Coratina è la madre di tutte le cultivar ed è la qualità che produce il maggior numero di polifenoli dal caratteristico gusto amarognolo e con quel pizzicore caratteristico che contraddistingue l'olio di questa varietà meglio di qualsiasi altro.

L'acido oleico se da un lato rafforza le ossa e allontana l'osteoporosi, dall'altro con le sue proprietà contribuisce a far diminuire l'incidenza delle malattie cardiovascolari e rallenta il declino cognitivo legato all'età, migliorando il metabolismo. Scientificamente è stato inoltre provato che l'olio extravergine di Puglia fa bene anche al cervello producendo la dopamina che - se troppo bassa - porta alla depressione e al morbo di Parkinson.

I docenti intervenuti hanno spiegato il significato della nutraceutica, branca farmaceutica, che studia i polifenoli i quali come già detto apportano molti benefici al nostro organismo svolgendo azione antiossidante e di prevenzione delle malattie cancerogene. Inoltre i polifenoli proteggono dall'insorgenza di altre patologie come l'arteriosclerosi e le malattie cardiovascolari in genere.

In quest'ottica allora l'olio extravergine pugliese svolge attività insostituibile di contrasto pur salvaguardando tutte le peculiarità del gusto e del palato, arricchendo i nostri piatti più rappresentativi.

Bari, 16 settembre 2015

L'ufficio stampa