

## Guía oliva / The Olive Guide

Con el aceite de oliva cada vez más presente en las mesas, acá un par de datos para saber elegir el mejor.

Olive oil is increasingly found at the dinner table. Here are some tips to help you select the best varieties.

TEXTO\_TEXT DANIEL GREVE



LOS ACEITES DE OLIVA de calidad extra virgen –acidez bajo un 0,2 por ciento, prensado en frío y libres de defectos– se reconocen en general por sus aromas afrutados y frescos, que –dependiendo de su variedad, algo así como la cepa en el caso del vino– pasan de las almendras frescas y las alcachofas, hasta las hojas de albahaca, pasto recién cortado y hojas de tomate. Si deciden catar un aceite puede que se topen con muchos de esos aromas. Y con sabores similares, con tonos picantes y amargos, que son atributos y no defectos, puesto que se trata de polifenoles o antioxidantes. Por el contrario, si sienten aromas o sabores avinados, leñosos, metálicos u oxidados, se trata de un aceite maltratado, rancio o, definitivamente, defectuoso. Lo más importante es proteger al aceite del contacto con el oxígeno, el calor y la luz. El aceite está vivo, y todos estos agentes son sus enemigos, independientemente de la variedad que se use.

Si les prestamos atención, podremos ver que la mayoría son *blends*, o mezclas de variedades, pero existe también la tendencia a desarrollar monovarietales, es decir, una aceituna para un tipo de aceite. ¿Cuadro de honor? Claro, las más conocidas son las españolas e italianas. Yo que ustedes me quedaría con el sabor de una ligera arbequina, de España, o con la equilibrada frutuosidad de la italiana *frantoio*. Quizás con la española picual, que se distingue por su marcado picor. Como sea, ya lo saben: frescor ante todo. Lejos de factores que lo desnaturalicen. Y cerca, muy cerca de lácteos, vegetales, pescados y legumbres. Versatilidad es la palabra.

EXTRA-VIRGIN OLIVES OILS – cold-pressed, free of flaws and with an acidity under 0.2 percent – are recognized for their fresh, fruity aromas, which may resemble almond, asparagus, basil, recently cut grass or tomato leaves, depending on the varietal (quite like wines). When sampling an olive oil, you may encounter a range of aromas and similar flavors with spicy and bitter notes, which are considered qualities – not flaws – characteristic of these oils rich in polyphenols and anti-oxidants. On the other hand, aromas and flavors reminiscent of vinegar, charcoal, metal or rust means that the oil has been treated poorly, has gone rancid or is defective. At all costs, olive oil must be protected from contact with oxygen, heat and light for this rich liquid is like a living being, and these agents are its enemies, regardless of the varietal.

Most olive oils are blends, but monovarietales (with one type of olive per oil) are a growing trend. The honor roll? The best-known olive oils are Spanish and Italian. I tend to prefer the flavor of a light Arbequina from Spain or the balanced fruitiness of the Italian Frantoio. Or perhaps the Spanish Picual, noted for its distinct tang. Whatever your preference, this much is clear: prize freshness above everything else and keep your oil away from factors that might denature it. And don't just use it on bread, but on dairy products, vegetables, fish and legumes. Variety is the spice, after all.

### + MÁS INFORMACIÓN / MORE INFORMATION >

**LA CATA:** En una hora y media, el sommelier Pascual Ibáñez realiza interesantes catas de aceite de oliva en los salones del hotel Ritz-Carlton Santiago. / **TASTINGS:** Sommelier Pascual Ibáñez holds interesting, 90-minute olive oil tastings in the lounge area of the Ritz-Carlton Santiago.  
[www.escueladelossentidos.cl](http://www.escueladelossentidos.cl)

**LA RUTA:** Visita a los campos y la almazara –bodega– de TerraMater, en Chile, y degustación de sus aceites, incluida su mezcla oliva-palta y sus vinos del valle de Curicó. / **IN SITU:** Visit the orchards and oil mills of TerraMater, in Chile. They provide tastings of their oils, including their olive/avocado blend and their wines from the Curicó valley.  
[www.rutadelvinocurico.cl](http://www.rutadelvinocurico.cl)

**LA EXPERIENCIA:** Mondoliva de Argentina ofrece The Olive Experience: conocer los olivares, cosechar las olivas y elaborar su propio aceite de manera artesanal, además de catas prácticas de aceites de oliva del mundo y protocolo de degustación. / **THE EXPERIENCE:** Argentina's Mondoliva offers The Olive Experience, allowing you to discover the olive groves, harvest the olives and make your own oil by hand, as well as simple, guided tastings of olive oils from around the world.  
[www.mondoliva.com](http://www.mondoliva.com)