Pour tout savoir sur l'huile d'olive...

Conseils pratiques, vocabulaire spécifique, recommandations pour la conservation et le stockage des huiles d'olive... Trouvez tout ce que vous devez savoir sur les huiles d'olive de terroir au dos de cette fiche !

1

AFIDOL
Association Française Interprofessionnelle de l'Olive
Maison des agriculteurs - 22, avenue Henri Pontier - 13626 Aix-en-Provence
Contact : 04 75 26 90 90 - nyons@afidol.org

www.huilesetolives.fr

Crédits Photos : Myriam SERVAN et AFIDOL.

Pour plus de renseignements : **www.huilesetolives.fr**

VOCABULAIRE AUTOUR DES HUILES D'OLIVE

> D'ORIGINE VÉGÉTALE

L'huile d'olive provient du fruit des oliviers, l'olive.

> PLURALITÉS DES ARÔMES

L'huile d'olive est différente selon le terroir, le climat, les producteurs, les variétés d'olives...

> RÉSISTANTE À LA CHALEUR

Le point de fumée de l'huile d'olive est de 210°C. Elle peut donc être montée en haute température.

> VIERGE

Le terme «vierge» signifie «pur jus de fruit», c'est un gage de qualité de l'huile.

Taux d'acidité entre 0,8% et 2%.

Présence possible de défaut(s) organoleptique(s) très léger(s).

> VIERGE EXTRA

Taux d'acidité inférieur à 0,8%

Aucun défaut organoleptique.

> LAMPANTE

Les huiles d'olive n'entrant pas dans les critères «vierge» ou «vierge extra» ne sont pas commercialisables en Europe : elles sont dénommées «lampantes».

> TAUX D'ACIDITÉ

Il ne s'agit pas de l'acidité perçue en bouche mais de la représentation d'une dégradation de l'huile d'olive. Plus ce taux est élevé, plus l'huile est détériorée !

QUELQUES CONSEILS POUR VALORISER LES HUILES D'OLIVE

UTILISER LES HUILES D'OLIVE DE TERROIR DE PRÉFÉRENCE EN FINITION LORS DE L'ENVOI DU PLAT

Cette astuce permet une économie de l'huile d'olive de terroir (souvent plus onéreuse) tout en valorisant ses saveurs et ses arômes.

INDIQUER QUELLE(S) HUILE(S) D'OLIVE DE TERROIR VOUS UTILISEZ DANS VOTRE RESTAURANT, NOTAMMENT SUR LA CARTE.

L'huile d'olive est un produit apprécié (d'autant plus si elle est locale), c'est donc un élément vendeur et gage de qualité.

ACCORDER LES HUILES D'OLIVE AUX PLATS PRÉPARÉS

Au même titre que les vins, les huiles d'olive sont toutes différentes et peuvent réellement sublimer un plat ou une préparation.

DISPOSER UNE JOLIE BOUTEILLE D'HUILE D'OLIVE SUR LA TABLE (EN RESPECTANT LES CONSEILS DE CONSERVATION)

Le client pourra ainsi se servir de l'huile d'olive en autonomie et la déguster à son goût. Une véritable touche de fraîcheur sur la table !

SE SERVIR DE LA BONNE HUILE D'OLIVE AU BON MOMENT !

Utiliser une huile d'olive «basique» pour la cuisson et des huiles d'olive de terroir en fin de cuisson ou à cru pour donner du goût.

Conservation & stockage de l'huile d'olive

CHOIX DU RÉCIPIENT ///

Privilégier les récipients en acier inoxydable ou en verre, et non transparents. L'opacité permet de lutter contre l'oxydation de l'huile d'olive.
Seuls ces récipients sont sans danger pour l'huile d'olive, contrairement aux contenants en terre, grès et cuivre qui donnent un goût à l'huile et l'altèrent inévitablement.

Ne pas réutiliser un récipient qui a déjà servi à conserver de l'huile d'olive : l'huile précédente aura imprégné le récipient de ses saveurs, y déposer une nouvelle huile risquerait de modifier son goût.

Bien remplir son récipient et le fermer hermétiquement pour éviter que l'air soit au contact de l'huile et empêcher ainsi son oxydation et son rancissement.

DURÉE DE CONSERVATION : DE 1 À 2 ANS ///

Contrairement au vin, une huile d'olive ne se bonifie pas avec le temps, il est donc inutile de la faire vieillir.
Au-delà de la date conseillée, elle peut perdre ses qualités nutritives et organoleptiques.

TEMPÉRATURE : ENTRE 8°C ET 15°C ///

En dessous de 8°C, l'huile d'olive peut se figer (sans danger, ni impact sur le goût).

LIEU DE STOCKAGE ///

Il est important de privilégier un lieu sombre, à bonne température, sans odeur, aéré et sain afin que l'huile d'olive ne capte pas les odeurs. Son environnement de stockage peut influer sur sa qualité !