

ферме Сан Себастьяно и производстве оливкового масла

Д-р Пьетро Романо является собственником в третьем поколении фермы Сан Себастьяно. Ферма Сан Себастьяно находится в Италии, провинции Калабрия.

Начиная с 90-х годов прошлого столетия направлением деятельности фермы было развитие экологического земледелия и в настоящее время выполняются требования в направлении более здорового питания и жизнеспособного будущего. Предприятие постоянно подвергается надзорным мероприятиям со стороны организации «Земля и здоровье» (СВ "Soil and Health"). Предприятие соблюдает рекомендации в части применения новых жизнеспособных систем и сельскохозяйственных технологий. Все вышеуказанное позволяет достичь высочайшего качества продукции фермы.

Ферма является уникальной потому, что в основном в банки поступает сырье, которое было выращено на собственных плантациях фермы, что позволяет обеспечивать высочайшее качество нашей продукции.

Высочайшее качество нашей продукции подтверждается следующими выигранными нами призами и сертификатами:



Прессованные на ферме оливы и традиционно изготовленное из них без изменений температуры оливковое масло сертифицировано департаментом



Традиционно прессованная между камнями оливковое масло "San Sebastiano" выиграло много призов:

2012



FLOS OLEI : Intenational Guide of the best extravirgin olive oil in the world

2013: 1st place



CALABRIA: OLEUM OLIVARUM - Extravirgin olive oil South Italy Competition

2012: BRONZE MEDAL



USA: Los Angeles International Extra Virgin Olive Oil Competition

2012



SLOW FOOD: international guide for best Extra virgin Olive oil

2012: GOLD MENTION



CHINA: International Olive Oil Competition

2010: PRESTIGE GOLD MEDAL

2011: PRESTIGE GOLD MEDAL



ISRAELE: TERRAOLIVO - International olive oil competition



2012: GRAN PRESTIGE GOLD MEDAL + THE BEST OIL OF REGION



CALABRIA: Prix "Città sott'olio" - Sellia Marina

2011: the best Biologic Extravirgin Olive Oil

Описание продукции:

Рисунок	Название	Сертификация
	<p>San Sebastiano – нежное экстра-класса фильтрованное оливковое масло в бутылке.</p>	

	<p>San Sebastiano- нежное экстра- класса фильтрованное оливковое масло в канистре.</p> <p>.</p>	
	<p>Tre Cime - нежное экстра- класса фильтрованное оливковое масло в бутылке.</p> <p>.</p>	
	<p>Tre Cime - нежное экстра- класса фильтрованное оливковое масло в канистре.</p> <p>.</p>	
	<p>Нежное экстра- класса фильтрованное оливковое масло с приправами.</p> <p>.</p> <p>Чилли, розмарин, лимон, базилик, чеснок.</p>	

Об оливковом масле

Терапевт по вопросам здорового питания Аннели Соотс написала хороший обзор об оливковом масле и мы с удовольствием поделимся на нашем сайте с предоставленной ею информацией. По мере сил и возможностей мы станем дополнять наш сайт независимой и научно обоснованной информацией, касающейся вопросам здорового питания.

Об оливах (olea europaea) и оливковом масле

Оливы являются богатыми на жиры фруктами, содержание жира которых составляет порядка 20-30%, что ставит их на один уровень с орехами и семенами.

Полезное для здоровья оливковое масло получается путем холодного отжима оливок – качество полученного таким способом оливкового масла выше, так как применение низких температур обеспечивает, что масло не прогоркнет и его вкусовые качества сохраняются. Таким образом в оливковом масле остается в большом количестве потенциальных антиоксидантов (полифенолов), витаминов и важных для нашего организма жирных кислот. Лучшим оливковым маслом считается нефilterованное оливковое масло экстра-класса, носящее маркировку „*extra virgin*“. Данная маркировка указывает, что оливы прошли при низкой температуре только механическую обработку (их помоли и прессовали). Оливы и масло не нагревали и они не прошли химическую обработку, масло было получено во время первого прессования. В зависимости от сорта оливок и места их выращивания оливковое масло может иметь горьковатый, сладковатый или травянистый вкус, но в любом случае такое оливковое масло должно иметь приятные запах и вкус и его использование должно доставлять удовольствие! Обязательно ищите оливковое масло с маркировкой «холодного отжима» и нерафинированное масло. Так, например популярностью обладают сорта оливковых масел „*extra light*“ и „*pure olive oil*“, а также смеси из рафинированного масла и экстра-класса filterованного оливкового масла.

Натуральное оливковое масло получают также как и экстра-класса filterованное оливковое масло во время первого прессования, но для его изготовления используются оливы более низкого качества и в производственном процессе допускаются отклонения по сравнению с производством экстра-класса filterованного оливкового масла. Вкус и запах этого сорта оливкового масла хуже, его биохимическое качество и содержание жирных кислот иное чем у экстра-класса filterованного оливкового масла и поэтому оно поступает на рынок почти всегда в рафинированном виде.

«Рафинированное оливковое масло» обработано химическим и термическим способом и остатки химикатов не всегда возможно удалить из масла. Из такого масла вычищено большинство полезных антиоксидантов и витаминов, а также неприятные вкусы и запахи, в результате можно сказать, что у такого масла практически отсутствуют вкусовые качества. Такой сорт масла можно использовать в редких случаях для жарки при высоких температурах, но в качестве салата такое масло не рекомендуется использовать. Рафинированное оливковое масло производится либо из натурального оливкового масла, либо из остаточного оливкового масла (из *Romance Oil*).

Жмыховое – то есть остаточное оливковое масло производится из масс оливок, остающихся после производства оливковых масел экстра-класса filterованное либо натуральное. Остаточное масло разрешается использовать людям в качестве продукта питания только в рафинированном виде. Остаточное масло пресуется из оливковой массы путем химической и термической обработки после того, как качественное масло оттуда уже было получено и до использования всегда рафинируется.

„*Pure olive oil*“ означает смесь рафинированного масла и натурального оливкового масла.

Чаще всего используются оливковые масла сортов „*Extra Light*“ либо «Универсальное оливковое масло», которое рекламируется как подходящее масло для всех случаев жизни (для жарки и в салаты). Данный сорт оливкового масла представляет собой смесь небольшой доли масла холодного прессования и рафинированного масла. Такой сорт оливкового масла не рекомендуется использовать каждый день в салатах.

Вообще-то для выпечки подходит сорт экстра-класса фильтрованного оливкового масла, но не рекомендуется жарить при очень высоких температурах. Масло и жир не должны дымиться во время жарки.

Так как масла имеют склонность привлекать химикаты, которыми они обрабатываются, то рекомендуется использование только органического оливкового масла. Хотя в оливковом масле и содержатся антиоксиданты, которые должны воспрепятствовать его прогорклости, оливковое масло имеет свойство портиться на воздухе, тепле и свете во время длительного хранения. Поэтому оливковое масло рекомендуется хранить в темных и маленьких стеклянных бутылках, а для его транспортировки и длительного хранения больше всех подходят сосуды из нержавеющей стали либо металлические канистры. В пластиковых бутылках качественные оливковые масла не хранятся!

Если вы купили оливковое масло, хранящееся в жестяной банке, то после ее открытия перелейте масло обязательно в стеклянный сосуд, так как канистра может заржаветь под действием влаги, что повлечет за собой порчу масла! Оливковое масло не нужно хранить в холодильнике, храните его в защищенном от света и воздуха месте при температуре около 15° С.

Польза оливкового масла для здоровья

Оливы и изготовленное из них масло являются идеальными источниками жирных кислот «Омега-9». Оливковое масло также содержит природные токоферолы, которые являются хорошим источником витамина Е (1,6 миллиграммов на чайную ложку). Оливы также содержат различные фенольные соединения, флавоноиды и прочие компоненты, которые действуют как антиоксиданты и именно поэтому оливковое масло является очень эффективным средством профилактики заболеваний сердца. Наряду с витамином Е оливковое масло содержит также витамины А, D и К.

Оливковое масло крайне важно при профилактике заболеваний сердца, а также астмы, артрита и рака. Хотя в Америке и в странах Средиземноморья потребляют жиров в процентуальном отношении одинаково, но в странах Средиземноморья частота вышеуказанных заболеваний гораздо меньше. Причиной этого является обстоятельство, что содержащиеся в оливковом масле мононенасыщенные жирные кислоты улучшают здоровье кровеносных сосудов но лишь при условии, что потребление оливкового масла увеличивается за счет животных жиров и транс-жирных кислот – одно лишь добавление оливкового масла в обычную пищу такого эффекта не дает.

Идеи применения оливкового масла:

В качестве соуса к салату вместе с лимонным или лаймовым соком и солью.

Оливковое масло идеально подходит для маринования продуктов питания попробуйте его с говядиной, курицей, рыбой или кубиками тофу. В данном случае еду необходимо затем жарить при средней или низкой температуре (до 180 градусов).

Выцедите до сервировки на сваренные на пару овощи оливковое масло. Можно использовать заправленные оливковые масла. Например оливковое масло с розмарином с жареным картофелем, оливковое масло с лимоном с рыбой и т.д.

Бобовый крем: сделайте в кухонном комбайне пюре из банки бобов вместе с оливковым маслом и одним ноготком чеснока. Приправьте полученную смесь солью, перцем и приправами и сервируйте в качестве соуса либо крема на хлеб или булку.

Песто из черемши: сделай в миксере пюре из черемши, индийских орехов и оливкового масла, выжмите лимонный сок, приправьте солью, перцем и прочими приправами.

Поджарь булку, выжмите разделенный пополам помидор и трите этим поверхность булки. Насыпьте сверху соли, душицы или базилик и залейте оливковым маслом. Кому нравится чеснок, тот может натереть его на булку вместе с помидором.

Массируйте оливковым маслом руки, ноги или наливайте его в воду для ванны. Кожа и окружность ногтей становятся яркими и мягкими. Оливковое масло содержит сильные антиоксиданты и образует на коже слой, помогающей сохранять кожу мягкой и влажной.

Аннели Соотс

www.toitumisteraapia.ee