

## DALLA CASA DEL CONTADINO ALLA TAVOLA DEL RE, L'IMPORTANZA DI OLIO E VINO NELLA STORIA ENOGASTRONOMICA



ATRI - Tutto è partito da una giornata trascorsa all'Istituto Agrario di Atri (Teramo), dove nel febbraio scorso *Virtù Quotidiane* è stato invitato a raccontare ai giovani studenti il proprio lavoro, quello svolto ogni giorno raccontando il bello e il buono dell'Abruzzo, e quanto sia importante trasmettere messaggi positivi.

Dalla futura classe imprenditoriale agricola è stato possibile ascoltare storie e aneddoti di vita vissuta che offrono grandi speranze per il futuro della regione.

Gli studenti sono rimasti particolarmente attratti dall'attività giornalistica e, su impulso degli insegnanti, a partire dalla dirigente scolastica **Daniela Magno** e dai professori **Alessandra Nuvolone, Emiliano Saverioni, Dina Narcisi** e **Paola D'Andreagiovanni**, hanno realizzato una serie di articoli che attraversano in lungo e in largo l'Abruzzo più autentico.

*Virtù Quotidiane* li ha pubblicati tutti. Oggi è la volta di quello dedicato all'importanza di olio e vino nella storia gastronomica, che conclude il ciclo di articoli.

### **AL DI LÀ DEL BERE E DEL MALE**

Curare la produzione dell'olio e del vino significa tornare alle origini ma è importante farlo con maggiore consapevolezza ed entusiasmo, con lo spirito di chi crede in questo settore per valorizzare i prodotti dei nostri territori e puntare all'eccellenza.

Credere alla rivalutazione di questo prodotto significa lavorare con passione e dedizione. L'olio fa parte della nostra cultura enogastronomica: da sempre ha accompagnato i pasti del contadino e del re quindi è importante approfondire la sua conoscenza con l'obiettivo di realizzare nella casa del contadino un prodotto che deve essere il re del nostro territorio.

La nostra terra, infatti, è considerata la patria di grandi vini e di grandi oli, per non parlare di tutta la filiera gastronomica che da sempre costituisce una delle migliori in fatto di qualità.

L'olio e il vino infatti sono due prodotti che nascono quasi di pari passo con l'Impero Romano: anche se queste colture erano già presenti sul nostro territorio, grazie ai romani si sono espanse su tutto il territorio Italiano ma anche spagnolo, francese, americano.

Questo è accaduto perché quando i romani occupavano un nuovo territorio impiantavano barbatelle e olivi, per due motivi, principalmente. Primo: impiantando la vite si dava il messaggio che fino a quando la pianta non avrebbe prodotto i primi frutti, e fino a quando le persone della città occupata non avrebbero imparato a coltivarla, loro, i dominatori, non sarebbero via. Secondo: i romani avevano bisogno di vino per l'imperatore e le classi sociali più importanti e degli oli per la cura del corpo delle persone nobili.

Così facendo queste due colture si sviluppano molto velocemente nel mondo, ma solo pochi anni fa si è capito come trasformare realmente le uve che si raccoglievano dalla vite e le olive che si raccoglievano dagli oliveti.

Per il vino si ha una svolta decisiva negli anni Ottanta con **Giacomo Tachis**, considerato ancora oggi il papà dell'enologia moderna, mentre per l'olio poco più tardi si è iniziato a cambiare qualcosa, infatti dai primi degli anni Novanta è presente in commercio e in qualche frantoio la tecnica di molitura continua che va a sostituire quella tradizionale, ma ancora oggi indubbiamente nel mondo dell'olio ci sono ancora enormi passi da fare.

I vini fatti bene apportano benefici strabilianti al corpo umano: hanno un effetto antiossidante e di anti-invecchiamento; agiscono positivamente su colesterolo, trigliceridi e glicemia basale; inducono un aumento della sensibilità dei tessuti all'azione dell'insulina; hanno un'azione fibrinolitica e antitrombotica.

È stato ipotizzato un ruolo protettivo del vino anche nei confronti del morbo di Alzheimer e di altre malattie degenerative del sistema nervoso. In questo caso il merito andrebbe agli antiossidanti e in particolare al resveratrolo.

L'assunzione moderata di vino sembra avere un effetto benefico sulle ossa, contrastando l'osteoporosi. Questo è possibile grazie a due sostanze - tirosolo e acido caffeico - in grado di contrastare l'infiammazione. Sono stati ipotizzati benefici del vino rosso anche sulla calcolosi della colecisti e su alcuni tipi di cancro, ma ad oggi non c'è ne sono di esperienze dimostrative.

Mentre le olive coltivate nel modo giusto e molite nel modo moderno, quello continuo con un'estrazione a freddo, con l'accuratezza di non far passare troppo tempo dal periodo di raccolta a quello di molitura quindi a non far sviluppare troppo le fermentazioni, producono un olio di qualità che è il miglior antiossidante naturale presente in commercio; è portatore del colesterolo buono hdl, è antitumorale, contiene omega 3 ed omega 6 del latte materno quindi è consigliato anche alle mamme in gravidanza ma è consigliato anche per i neonati, anche perché aiuta la formazione della retina visiva dei piccoli neonati garantendo loro una

vista eccellente; previene le malattie cardiovascolari, le malattie dermatologiche, le malattie gastrointestinali.

L'olio fa bene per gli stessi motivi anche ai nostri amici a quattro zampe. Con sapere e qualità possiamo avere due prodotti, l'olio extravergine d'oliva indispensabile in cucina e il vino un po' meno indispensabile ma che la gran parte della popolazione assume, che se fatti secondo certi standard possono solo farci bene.

Certo poi torna sempre un proverbio che dice "il troppo storpia". Quindi è bene averli ed usarli coscienziosamente, senza abusarne.  **Davide Fragassi III Q**