

Cutgana

# L'olio d'oliva: dalla raccolta delle olive alla tavola

*Un seminario all'Ecomuseo della riserva Grotta Monello di Solarino*

31 marzo 2010  
di U.S. Cutgana



da sx Concetto Cianci, Elisa Sperlinga, Anna Messina, Giuseppe Sperlinga, Giuseppe Germano

SOLARINO. A scuola di olio d'oliva. Dopo aver effettuato nei giorni scorsi la raccolta delle olive e ricavato il prodotto ecologico, i 50 alunni delle tre classi della scuola secondaria della "Vittorini" di Solarino, diretta da Anna Messina, si sono soffermati sull'importanza dell'olio nella dieta Mediterranea grazie al seminario "L'olio d'oliva: dalla raccolta delle olive alla tavola" che si è svolto nell'aula magna dell'istituto comprensivo.

Per gli studenti solarinesi un'interessante esperienza di fattoria didattica vissuta tra il parco dell'Ecomuseo del carsismo ibleo (dove è avvenuta la raccolta) annesso al centro visite della riserva naturale integrale "Grotta Monello" gestita dal Cutgana (il centro interfacoltà dell'Università di Catania diretto da Concetto Amore), il frantoio oleario "Fratelli Amenta" di Solarino e la scuola. Al seminario tenuto da Elisa Sperlinga, tecnologo alimentare e dottore di ricerca dell'Ateneo catanese, sono intervenuti il dirigente Anna Messina, i docenti Concetto Cianci, Giuseppina Calleri, Teresa Teodoro e Giuseppe Piccione, il vice sindaco Giuseppe Germano, il direttore della riserva Giuseppe Sperlinga, l'operatore della riserva Sergio Aleo e i collaboratori Salvatore Arcidiacono, Simona Motta, Gaetano Carpinteri e l'universitario Fabio Hamdani.

Il tecnologo Sperlinga ha evidenziato che gli "studi epidemiologici hanno mostrato una minore incidenza dell'arteriosclerosi e conseguenti malattie cardiovascolari nel bacino del Mediterraneo rispetto ad altre aree geografiche". "Ciò sembra dovuto al particolare regime alimentare in cui l'olio d'oliva riveste un ruolo essenziale" - ha aggiunto Sperlinga -, studi clinici hanno dimostrato che il particolare rapporto fra acidi saturi, monoinsaturi e polinsaturi che caratterizzano la composizione dell'olio di oliva e la naturale presenza di micro costituenti fanno sì che esso possieda una serie di preziose proprietà come la facile digeribilità, resistenza alla cottura, azione ritardante dell'invecchiamento cellulare, azione preventiva nei confronti della formazione di calcoli biliari, effetto antitrombotico e ipocolesterolemizzante.

Un consumo regolare di olio di oliva abbassa i livelli di colesterolo nel sangue e riduce il rischio di malattie cardiovascolari, favorisce la secrezione pancreatica facilitando così la digestione, passa facilmente attraverso la mucosa intestinale, stimola la secrezione biliare".