



8 OLIBA OLIOA AZTERTU DITUGU, "BIRJINA ESTRA" MOTAKOAK

Zortzitik hiru ez dira izan "birjina estra": dastatze proban huts egin dute

"BIRJINA ESTRA" IZENDAPENA HARTU AHAL IZATEKO, IRIZPIDE FISIKO-KIMIKO JAKINAK HARTZEN DIRA KONTUAN, BAINA BAITA DASTATZE PROBA OFIZIAL BATEN EMAITZAK ERE: FRUTA UKITUA EDUKI BEHAR DU ETA AKATSIK GABEA IZAN

Oliba olioetan, "birjina estra" izendapena da guztietan goren; jenderik gehienak badaki hori, baina ez beste bitxikeria hau: legeak esaten du "birjina estra" motako olioek baldintza fisiko-kimiko jakin batzuk bete behar dituztela, eta horrez gain, ezaugarri organoleptiko bereziak ere eduki behar dituztela (zaporea, kolorea, usaina...), eta ezaugarri horiek dastatze proba ofizial batean egiaztatu behar direla, protokolo normalizatu bati jarraituz.

"Birjina estra" motako zortzi olioa aztertu ditugu; Cordoliva etxekoa izan da merkeena (2,19 euro balio izan du litroak) eta Carbonell etxekoa garestiena (3,29 euro litroak). Laborategian egin dugun azterketak, osarari buruzkoak, ez du inolako arazorik eman, baina bai dastatze proba ofizialak: "birjina estra" izendapenarekin etorri diren hiru olioa (La Española, Ybarra eta La Masía) ez dira sail horretan sartzekoak, hurrengoan baizik, "birjina" motakoetan. Bai "birjina estra" motakoak eta bai "birjina" motakoak maila handiko olioa dira, olibetatik zuzenean ateratako zuku naturalarekin egiten baititutze (prozedura mekanikoak erabiliz). Azidotasanak eta

dastatze proba ofizialeko emaitzak bereizten ditu; azidotasanak, adibidez, "birjina estra" motakoetan, ezin da izan 0,8°-koa baino gehiagokoa eta "birjina" motakoetan, berriz, % 2ra ere irits liteke. Oliba olioetan gehien saltzen dena, hala ere, "oliba olio" izenarekin saltzen dutena da; olioa birjina eta olioa findua nahasiz lortzen dute olio mota hori (olioa fintzen dute akastuna delako eta dituelako gaintitu lurrin-, zapore- eta azidotasan-probak).

ZERGATIK EZ "BIRJINA ESTRA"?

Arauk zahazten duen protokoloari jarraituz egin dugu dastatze proba ofiziala. Oliba edalontzi normalizatu batean zerbitzatzen da, 28 °C-ko tenperaturan, eta kopuru jakina: 15 ml; edalontzia urdin edo anbar kolorekoa izaten da, dastatzaileek ez diezaioten erreparatu olioaren berde tonuei, koloreak esaten baitu zenbateko azidotasanak duen (kalitatearekin, beraz, ez du zerikusirik koloreak). Dastatzaileek 8 baino gehiago izan behar dute, eta 12 baino gutxiago, eta olioaren ezaugarri onak (fruta ukitua,

MARKA	CARBONELL	LA ESPAÑOLA	YBARRA	KOIPE	LA MASÍA	BORGES	HOJIBLANCA	CORDOLIVA
Prezioa (euro/litro)	3,29	3,27	3,04	3,24	3,14	2,96	3,08	2,19
Gantz azido saturatugabeak ¹ (%)	85	85	85	86	86	85	85	85
Gantz azido saturatuak ² (%)	15	15	15	14	14	15	15	15
Azidotasuna ³ (% azido oleikoa)	0,19	0,2	0,31	0,26	0,25	0,37	0,2	0,26
Esterolak ⁴ (mg/kilo)	1293	1023	1088	1236	1155	1281	1292	1328
Peroxido-adierazlea ⁵ (meqO ₂ /kg)	7,29	8,68	9,12	7,1	7,04	8,89	7,07	6,15
Ezkoak ⁶ (mg/kilo)	67	57	62	69	56	49	60	59
Beste datu fisiko-kimiko batzuk eta bestelako proben emaitzak ⁷	Egokiak	Egokiak	Egokiak	Egokiak	Egokiak	Egokiak	Egokiak	Egokiak
Salgaiari dagokion izena, dastatze proba ofizialaren arabera ⁸	Birjina estra	Birjina	Birjina	Birjina estra	Birjina	Birjina estra	Birjina estra	Birjina estra
Kontsumitzaileen dastatze proba (1-9 puntu)	6,9	5,8	6,3	6,8	6	6,4	6,6	6,4

(1) Gantz azido saturatugabeak: azido oleikoa izaten da ugariena olioa, eta gantz guztien % 75 baino gehiago hartzen ditu. Azido linoleikoa datorkio ondotik. Saturatugabeak osasungarriak dira saturatuak baino. (2) Gantz azido saturatuak: palmitikoa da ugariena olioa, eta gantz guztien % 10 hartzen ditu. (3) Azidotasuna: zenbat gantz azido libre dituen esan nahi du (olioa zenbateraino hondatu den erakusten du datu horrek), eta azido oleikoaren portzentajea emanez adierazten da. "Birjina estra" motako olioetan, azidotasuna ezin da izan % 0,8koa baino handiagoa. (4) Esterolak (olioan, fitoesterolak): landare substantziak dira, eta, itxuraz, kolesterol txarra gutxitu dezakete eta eritasun kardiobaskularrei aurre egin. "Birjina estra" olioek 1000 mg/kg eduki behar dituzte, gutxienez. (5) Peroxido-adierazlea: olioaren hasierako oxidazioa zenbatekoa den adierazten du (zenbateraino dagoen hondatuta), eta azidotasanari lotua dago. Arauk dio, gehienez, 20 meqO₂/kg eduki ditzakeela. (6) Ezkoak: kopuru batetik gora agertuko balira (gehienez, 250 mg eduki ditzakete kilogramo bakoitzeko), iruzurra egin dutela esan nahiko luke, eta olioa-patsaren olioa erantsi diotela olioa olio birjinari. Ez da iruzurrik gertatu guk aztertu ditugun zortzi olioetan. (7) Beste datu eta proba batzuk: Produktua olioa-olioa dela egiaztatzeko egiten dira, balezatzen ez diela, adibidez, bestelako landare batez edo olioa-patsez eginak; zenbait konposatuen kopuruak neurtu ditugu laborategian (estigmasadienoa, disolbatzaile halogenatuak, eritrodioila+ubaola) eta bestelako proba batzuk egin ditugu (guk antzeman dugun ECNaren eta ECN teorikoaren arteko aldea neurtu eta proba espektrofotometrikoak egin ditugu ultramoretan). Emaitza egokiak eman dituzte guztiak. (8) Dastatze proba homologatuak esan behar du "birjina estra" motako olioak fruta ukitua duen edo ez eta akasgabea den edo ez. Hiru oliok ez dituzte bete baldintza horiek, eta, ondorioz, hurrengo sailean jartzekoak dira, "birjina" motako olioa olioetan.

mikaztasuna eta min ukitua) eta txarrak edo akatsak zereendatu dituzte: aletegi/kondar zaporea, lizundua, ozpindua, metal kutsukoa, zaharmindua, erre kutsukoa, egur kutsukoa, lubrikatzaile kutsukoa, gatzun kutsukoa, lur kutsukoa, pepino kutsukoa edo egur heze kutsukoa. Arauk esaten duenez, "birjina estra" motako olioak fruta ukitua eduki behar du eta akasgabea izan behar du.

La Española eta La Masía etxeetako olioetan, "aletegi/kondar zaporea" antzeman dute dastatzaileek; horrek esan nahi du "olio hori egiteko olibak halako moduz egon direla pilatuta edo biltegitratuta, ezen hartidura anaerobio handia jasan baitute" edo beste esanahi hau ere eduki dezake: "Olio hori harremanetan egon dela dekantazio lokatzeekin, edo hartidura anaerobioa jasan duela aletegi edo biltegitan". Horrek guztiak usain, zapore eta ukitu berezia ematen dio oliari, eta horixe adierazi nahi izan dute. Eta Ybarra etxeokari, berriz, "zapora zaharmindua" antzeman diote (horrek esan nahi du oxidazio prozesu nabarmena jasan duela, segur aski baldintza txarretan kontserbatu dutelako). CONSUMER EROSKI-k, legeak ezagutzen duen dastatze proba ofizial hori ez ezik, kontsumitzaileekin egin ohi duen dastatze proba ere egin du. Beraz, bi dastatze proba egin ditugu oraingoan. Eta biak nahiko bat etorri dira gauza batzuetan: kontsumitzaileei, esaterako, La Española, Ybarra eta La Masía gustatu zaizkie gutxien

(proba ofiziala gaintu ez duten hirurak, alegia), eta gehientsuena, berriz, Carbonell etxekoa (ezaugarri onen atalean, horixe nabarmendu dute dastatzaile ofizilek ere).

Jarraian, xeheago aztertuko ditugu olioa olioaren ezaugarri on horiek. "Fruta ukitua" duela esaten denean, hauxe esan nahi da: olioaren usain bereizgarria duela, zeina olioa motaren arabera izaten baita, eta betiere fruitu on eta freskoen, berde edo umotuen emaitzatik lortutako olioa dela; usain hori zuzenean antzeman daiteke eta produktuak uzten duen usain-arrastoari atxiki dakioko. "Mikaztasuna" esaten denean, olioa berdeetatik edo kolore aldatzen ari zaien olibetatik lortzen den oliok izaten duen zaporeari buruz ari gara ("mihia atzealdeko guruin inguratuetan" sumatzen da zapora hori). Azken ezaugarriak "min ukitua" aipatzen du; sasoi hasieran lortzen diren olioek uzten duten ukitua, batik bat olioa berdeen eraginez, "aho barrunbe guztian antzematen da, eztarrian batez ere".

KALITATEA ETA PREZIOA

Guk aztertu ditugun zortzi olioek antzeko osaera eduki dute, eta guztiak bete dituzte "birjina estra" motako olioek jartzen zaizkien osaera-betekizunak. Bereizketa egiteko, beraz, dastatze proba jo beharra dago. Guk bi proba egin ditugu (profesional espezializatuarekin bat eta >

Barruan 8 OLIBA OLIO "BIRJINA ESTRA" MOTAKOAK



BORGES

"Birjina estra oliba olio"

Hau gailendu da kalitate-prezioetan

2,96 euro balio du litroak, eta merkeenetakoa gertatu da.

Honek eduki du azidotasan gehien (0,37°), baina urrun geratu da arauak gehienez onartzen duen mugatik (0,8°). Peroxido gehien eduki duenetakoa izan da (8,89 meqO₂/Kg), baina gehienez eduki dezaketen kopurutik urrun hor ere (20 meqO₂/Kg).

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,4 puntu lortu ditu, eta gehientsuen gustatu zaienetakoa izan da. Kolorea eta zaporea gustatu zaizkie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: "birjina estra" motako olio delako baieztatu du.



CARBONELL

"Birjina estra oliba olio"

3,29 euro balio du litroak. Hau izan da guztietan garestiena, baina kalitate azterketan ere besteek baino emaitza hobea eman du. Aintzat hartzeko aukera da hau ere.

Etiketa hobeki emana eduki zezakeen. Zortzi olioetatik, honek eduki du fruta ukitu gehien, hau izan da mikatzena eta minena ere bai (horiek dira "birjina estra" motako olio baten hiru ezaugarri onenak), baina hiru alderdi horietako bakarrean ere ez ditu lortu 6 puntu baino gehiago, eta, beraz, ez luke esan behar "zapora bizikoa" dela. Gainera, izendapen hori atributu batek lagundu behar luke, eta ez luke egon behar modu orokorrean adierazia. Honek eduki du azidotasan gutxien (% 0,19) eta esterolak, berriz, askok baino gehiago (1293 mg/kg); ezaugarri onak dira bi horiek.

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,9 puntu lortu ditu, eta gehien gustatu zaienetakoa izan da. Kolorea, usaina eta zaporea nabarmendu dizkiote, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: "birjina estra" motako olio delako baieztatu du.



HOJIBLANCA

"Birjina estra oliba olio"

3,08 euro balio du litroak.

Azidotasan gutxien eduki duenetakoa izan da (0,2°), esterol gehien eduki duenetakoa (1292 mg/Kg) eta peroxido gutxien; hirurak ere ezaugarri onak dira.

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,6 puntu lortu ditu eta erdi parean geratu da. Usaina eta kolorea gustatu zaizkie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: "birjina estra" motako olio delako baieztatu du.



YBARRA

"Birjina estra oliba olio"

3,04 euro balio du litroak. Merkeenetakoa izan da.

Etiketa gaizki emana du. "Birjina estra" motakoa dela esaten du, baina dastatze proba ofizialean maila bat beherago jarri dute, "birjina" motakoen sailean.

Azidotasan gehien eduki duten bi olioetako bat izan da (0,31°), esterol gutxien eduki duenetakoa (1088 mg/kg) eta peroxido gehien (9,12 meqO₂/kg). Hiru kalitate-ezaugarri nagusietan besteak baino apalago ibili da, nahiz eta araua bete duen guztietan.

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,3 puntu lortu ditu eta gutxien gustatu zaienetakoa izan da. Kolorea eta usaina gustatu zaizkie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: ez da iritsi "birjina estra" motakoen mailara, eta hurrengoan geratu da, "birjina" motakoetan. Akatsak: zapora zaharmindua.



CORDOLIVA

"Birjina estra oliba olio"

2,19 euro balio du litroak, eta beste guztiak baino dezente merkeagoa gertatu da. Aintzat hartzeko aukera da hau ere.

Honek eduki du esterol gehien (1328 mg/kg) eta peroxido gutxien (6,15 meqO₂/Kg); ezaugarri onak dira bi-biak.

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,4 puntu lortu ditu, baina gutxien gustatu zaienetakoa izan da. Usaina gustatu zaie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: "birjina estra" motako olio delako baieztatu du.



KOIPE

"Birjina estra oliba olio"

3,24 euro balio du litroak. Hau izan da garestienetakoa eta kalitate gehien eduki duenetakoa.

Arauak agintzen duen bezala osatua dago, beste zazpiak bezala, eta ez da nabarmendu alderdi bakar batean ere.

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6,8 puntu lortu ditu eta gehien gustatu zaienetakoa izan da. Kolorea, usaina, zaporea eta gorputza gustatu zaizkie, baina azidotasan gehitxo duela esan dute.

Dastatze proba ofiziala: "birjina estra" motako olio delako baieztatu du.



LA ESPAÑOLA

"Birjina estra oliba olio"

3,27 euro balio du litroak. Garestienetakoa izan da.

Etiketa gaizki emana du. "Birjina estra" motakoa dela esaten du, baina dastatze proba ofizialean maila bat beherago jarri dute, "birjina" motakoen sailean.

Arauak esterolei buruz esaten duena betetzen du, baina besteek baino gutxiago eduki ditu (1023 mg/kg). Azidotasuna ere beste askok baino txikiagoa du (0,2°).

Kontsumitzaileen dastatze proba:

5,8 puntu lortu ditu, eta gutxien gustatu zaienetakoa izan da. Usaina gustatu zaie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: ez da iritsi "birjina estra" motakoen mailara, eta hurrengoan geratu da, "birjina" motakoetan. Akatsak: aletegi zaporea eta kondarrak.



LA MASÍA

"Birjina estra oliba olio"

3,14 euro balio du litroak.

Etiketa gaizki emana du. "Birjina estra" motakoa dela esaten du, baina dastatze proba ofizialean maila bat beherago jarri dute, "birjina" motakoen sailean. Gainera, ez ditu eremu berean ageri ize-na, kopuru garbia eta kontsumo-data. Peroxido gutxien eduki duenetakoa izan da (ezaugarri ona da hori), baina baita esterol gutxien eduki duenetakoa ere (1155 mg/kg).

Kontsumitzaileen dastatze proba:

6 puntu lortu ditu eta erdi parean geratu da. Kolorea eta usaina gustatu zaizkie, eta ez diote antzeman ezer txarrik.

Dastatze proba ofiziala: ez da iritsi "birjina estra" motakoen mailara, eta hurrengoan geratu da, "birjina" motakoetan. Akatsak: aletegi zaporea eta kondarrak.

kontsumitzaileekin bestea), eta bien emaitzak hartu ditugu kontuan kalitate-irizpideak erabakitzeko. Zortzi olioetatik, Carbonell, Koipe, Hojiblanca eta Borges izan dira onenak. Cordoliva ere gainditu du dastatze proba ofiziala, eta, beraz, beste lau horiek bezain “birjina estra” da; kontsumitzaileei, ordea, gutxien gustatu zaienetakoa izan da, eta merkeena bera den arren (2,19 euro/litro), ezin diogu tokirik egin kalitate-prezioen sailkapenean. Borges bereiziko genuke kalitate-prezioetan: merkeenetakoa izan da (2,96 euro/litro) eta kontsumitzaileei gehientsuen gustatu zaienetakoa. Carbonell ere aukera ona da; garestiena, baina kalitate bikaina du. Cordoliva etxekoa besteak baino merkeagoa izan da, eta merezi du probatzea, guk egin dugun dastatze proban, azken batean, pertsona multzo baten iritzia biltzen dira baina norberari zer iruditzen zaion, horrexek balio du, eta horretarako, probatu egin behar.

MINTZA GAITEZEN OLIBA OLIOAZ

Oliba olio gantz jangarria da, oso ona eguneroko hartzeko, gantzen % 85 saturatugabeak dituelako. Eta saturatugabeen artean, monosaturatuak ditu gehien (azido oleikoa eta linoleikoa); horiek handitu egiten dute HDL edo kolesterol ona, eta lagundu eritasun kardiobaskularrei aurka.

Bi dastatze proba egin ditugu, kontsumitzaileekin bata eta bestea, arauak eskatzen duena, adituekin



Oliba olio “birjinak”, gainera, osagai berezi-berezi batzuk ere izaten ditu, polifenolak eta konposatu fenolikoak, esaterako; osagai horiek herdoilaren aurkakoak dira, eta, itxuraz, hanpaduren aurka egiten dute, tronbosien aurka eta bularreko minbiziari aurre egiteko ere onak dira. Oliba birjina olibak zapalduz, iragaziz eta ontziratuz lortzen da, eta prozesu mekaniko huts-hutsa izaten da. Definizioa, berriz, hauxe izan liteke: heldutasun unerik egokienean bildutako oliben zukua da, fruitu onetatik lortua eta kontu handiz landua. Ez du onartzen inolako disolbagarririk kalitate-akatsak zuzentzeko (beste oliba olio batzuekin onargarria izaten da hori, eta hazietatik lortzen diren olioekin ere bai). **“Birjina estra”** motako olioek ezin dute eduki 0,8°-ko azidotatua baino handiagoa, eta dastatze proba zorrotza gainditu behar izaten dute. Hurrengo mailan, **“birjina”** motakoak daude; 2°-ko azidotatua izatera irits litezke, eta dastatze probako betebeharrak ez dira hain zorrotzak. **“Oliba olio”** izenekoak datoz atzetik; oliba olio

findua eta oliba birjina nahasiz lortzen dute, eta egun, olio mota hori saltzen da gehien (1°-eko azidotatua eduki dezake, gehienez). Azidotatun apal hori, hala ere, ez dago kalitateari lotuta, fintze-prozesuaren ondorio da: olio fintzerakoan, usain eta zapore desatseginak desagerrarazten dira, goma-materiak eta pigmentu kaltegarri eta arraroak ere bai, baina horretaz gain, asko gutxitzen da azidotatua. Fintze-prozesuan, olioak galdu egiten du bere-bereak dituen lurrin, zapore eta kolorearen zati handia.

Espainia guztian landatzen dira olibak, Andaluzian gehienbat, baina inguru geografiko bakoitzak du bere oliba mota, usain, kolore eta zapore bereziarekin. Gero eta olio gehiago aurki litezke oliba mota bakarrarekin eginak, baina ohikoena izaten da mota batekoak baino gehiagokoak nahastea. Oliba motarik garrantzitsuenen artean, honako hiru hauek bereiz litezke: “picual” delakoa batetik. Espainian landatzen den guztiaren % 50 hartzen du eta oleiko kopuru handia dauka; oso nekez zaharmintzen da, polifenol asko dituelako (ukitu mikatz eta mina ematen diote osagai horiek, bizi-bizia). Beste oliba mota “hojiblanca” izenekoak da; ez da hain egonkorra eta iraun ere ez du irauten “picual” delakoak bezain ongi. Olio gozoak ematen ditu, zertxobait minak eta almendra ukittua dutenak. “Arbequina” da hirugarrena. Fruitu obala, txikia, eta olio leuna eta arina ematen duena, gozo ukittukoa. Azkar samar kontsumitu behar izaten da, oxidatzeko joera baitu.

GUZTIEK BETETZEN DUTE ARAUA

Araudiak ezaugarri fisiko-kimikoak ezartzen ditu “birjina estra” motako oliba olioentzat. Guk egin dugun azterketak erakutsi du zortzi olioek ongi bete dutela legeak dioen hori. Ikus dezagun, atalez atal. **Azidotatua** da lehena. Gradutan neurtzen da, eta zenbat gantz azido libre dituen adierazten du (edo azido oleiko portzentajea, olio mota horrek gehien izaten duen gantz azido mota); gantz azido libreak agertzen dira oliba olioak egoera txarrean egon direlako edo tratamendu desegokia eman dietelako. “Birjina estra” motako olioetan, azidotatua ezin da izan % 8koa baino handiagoa, eta guk aztertu ditugun zortzietan % 0,4tik beherakoak izan da. Txikiena Carbonell etxekoak eduki du (% 0,19) eta handiena, Borgesek (% 0,37). Olioaren **esterolei** edo fitoesterolei ere erreparatzen zaie; erelanda-re-substantziak dira, eta kolesterola gutxitu dezaketela dirudi eta, ondorioz, eritasun kardiobaskularrei aurre egiten lagundu. Arauak esaten du “birjina estra” motako olioek, gutxienez, 1.000 mg eduki behar dituztela kilo bakoitzeko, eta zortziek bete dute hori (dastatze proba ofiziala gainditu ez duten hirurek eduki dute esterol gutxien). **Peroxido kopuruak**, berriz, olioaren zehar oxidatu edo hondatu den adierazten du, eta azidotatunari lotua dago. Zortziak daude onartzen zaien kopurutik (20 mEqO₂/kg) behera. Ezkoen kopurua ere neurtu dugu; “birjina estra” motakoek ia ez dute edukitzen, baina zenbaitetan iruzur egin eta oliba-patsaren olioaren erandien diote, eta horrek bai, horrek izaten ditu ezkoa. Gure azterketan ez dugu iruzurrik antzeman. Olio horiek egiaz “birjina estra” motakoak direla egiaztatuzko disolbatzaile halogenatuak neurtu ditugu, estigmastadieno kopurua (fintze-prozesuan sortzen dira), eritrodioala + ubaola eta triglizeridoak besteak beste eta emaitza ona izan da kasu guztietan. Dastatze proba ofizialean, osterak, zortzitik hiru ez dira izan “birjina estra” motakoak, “birjinak” baizik, maila bat apalagoak. //