



○歴史

5000年前に生まれた
世界最古の調味料。

ギリシャのクレタ島で発見されたオリーブオイルを貯蔵するアフォラと呼ばれる陶製の器が紀元前3500年頃のものだったことから、その発祥から5000年以上は経つといわれています。聖書にも度々オリーブが登場するように、当時は食用だけではなく、神事や祭事にも使われ、明かり用の灯油としても珍重されていました。

ひと粒、ひと粒、大事に育ててギュッと搾った
天然100%。だからおいしい、ヘルシー！



オリーブオイルの基礎知識

オリーブオイルはいつ頃、どこで生まれたの？ 生産国や製法は？
その長い歴史をひもとき、おいしさの秘密を明かします。



○主な生産地

世界のトップ3は地中海沿岸、
日本一は小豆島。

主な生産地はヨーロッパ南部から北アフリカ、中東にかけての地中海沿岸。世界市場の生産量トップ3は、スペイン、ギリシャ、イタリアです。また、安土桃山時代に宣教師たちによってもたらされたといわれる日本では、香川県の小豆島が主な産地で、最近では岡山県牛窓産も有名です。オリーブはワインのブドウと同じような環境で育つので、アメリカやオーストラリア、南アフリカなどの新世界にも広がっています。オリーブオイルは世界共通の調味料になりつつあるのです。





○オリーブの収穫

実を傷つけないように
手間ひまかける手摘みの伝統。

地中海沿岸のオリーブの収穫時期は10月下旬から2月上旬頃。成熟状態を見計らいながら、地面に落ちる前に長い棒で枝を叩いて落としたり、目の粗いく状の道具を使ったりして実を採取します。手間がかかる作業なので機械を導入する農家も増えていますが、実に傷がつかないように細心の注意を払いながら、家族総出で収穫する手摘みが昔ながらの伝統。オリーブのひと粒、ひと粒には、生まれ育った土地の恵みに感謝する人々の想いが込められているのです。

○オリーブオイルの製法

オリーブオイルは絞った生のジュース。

収穫したオリーブの実を素早く洗浄し、粉碎器でペースト状にした後、圧力をかけて果汁を絞り出す「圧搾法」、または攪拌したペーストを分離器で果肉と油、水分に分ける「攪拌法」のどちらかの方法でオイルを取り出し、濾過します。製法はとてもシンプルですが、それだけに出来上がったオイルにはオリーブの香りや味わいがそのまま生かされています。地域ごとに異なるさまざまな特徴を楽しめるのもオリーブオイルの魅力のひとつです。



○オリーブオイルの種類

調理法によって選ぶ
基本の2種類。

オリーブオイルはその品質によって等級でランク付けされ、おおまかには2種類に分かれます。ひとつは、採取した実からオイルを取り出しただけのバージンオリーブオイル。精製などの人工的な処理を一切加えていないので、味はフレッシュ、香りフルーティです。高品質のエクストラバージンオリーブオイルは、油の酸化を示す酸度が低く、風味が良いので、サラダなどの生食に向いています。もう一方のオリーブオイルは、酸度が高いオリーブオイルを精製した、ほぼ無味無臭のオイルにバージンオリーブオイルをブレンドしたもの。炒めものや揚げ物などに使うと良いでしょう。

オリーブオイル

精製したオリーブオイルにバージンオリーブオイルをブレンドして風味を調整したもの。炒めものなどの加熱調理に向いている。

エクストラバージンオリーブオイル

オリーブの果実を搾って濾過した果汁100%の一番搾り。100gあたりの酸度は0.8%以下。化学処理を一切行っていないため、そのままの香りと味を楽しめる。サラダやマリネなどにおすすめ。

