

Društvo maslinara Bar – Škola maslinarstva

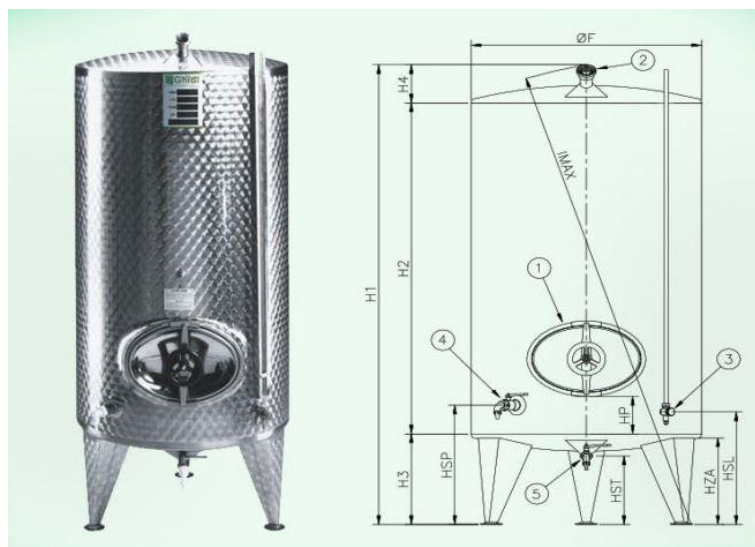
Kako očuvati kvalitet maslinovog ulja Ćazim Alković

Maslinovo ulje je prehrambeni proizvod koji se mora čuvati u odgovarajućim uslovima. U skladu sa preporukama Međunarodnog savjeta za maslinu a i crnogorske naučnice pokojne Ksenije Miranović rok trajanja maslinovog ulja je osamnaest mjeseci. Ovaj rok se može računati samo u slučajevima kada kvalitetno ulje čuvamo u odgovarajućim uslovima.

Tri osnovna „neprijatelja“ maslinovog ulja su:

- Kiseonik,
- Temperatura
- Svjetlost

Kiseonik se smatra najozbiljnijim „neprijateljem“ maslinovog ulja. Kontakt maslinovog ulja sa kiseonikom uzrokuje oksidaciju što dovodi do degradacije njegovog kvaliteta. Svaki maslinar a i potrošač se mora truditi da što je moguće više izbjegne kontakt ulja sa kiseonikom. Maslinari koji imaju veće količine ulja trebaju ga čuvati u INOX posudama po mogućnosti u zatvorenim sistemima koji omogućavaju da se prazan prostor ispuni inertnim gasom azotom koji ne reaguje sa uljem i čuva ga. Ukoliko maslinar nema mogućnost instalacije ovog sistema onda mora koristit posude koje posjeduju plivajući poklopac koji u posudi pluta na ulju i tako pravi distancu od kiseonika. Na **slici 1** je prikazana posuda za ulje sa priključkom za azot.



Slika 1

Potrošači u domaćinstvu takođe trebaju voditi računa da izbjegnu kontakt sa kiseonikom. Ako se u domaćinstvu koriste manje količine ulja onda treba kupovati manja pakovanja kao što su boce od 0,25 ili 0,50 litara kako bi se otvorena boca što prije potrošila i kraće vrijeme trajao kontakt sa kiseonikom. Bocu nakon upotrebe uvijek treba dobro zatvoriti ili još bolje koristi boce sa „DOP“ nepovratnim čepovima koji posjeduju kuglicu koja uvijek bocu drži zatvorenom osim kod sipanja ulja. Na **slici 2** je prikazan tip čepa DOP.



Slika 2

Temperatura je važan „neprijatelj“ maslinovog ulja kojem ne pogoduje kako niska tako ni visoka. Maslinovo ulje je idealno čuvati na temperaturi od 15° C do 18° C. Poželjno je da temperatura čuvanja maslinovog ulja bude konstantna bez većih promjena. Maslinovo ulje nikako nije dobro izlagati temperaturama većim od 25° C a ukoliko ono bude izloženo temperaturi većoj od 28° C više se ne može smatrati hladno cijedenjim što podrazumjeva da je njegov kvalitet degradiran.

Isto tako, maslinovo ulje ne bi trebalo izlagati temperaturama nižim od 10° C jer niže temperature dovode do njegove kristalizacije, ulje postaje gusto i mutno. Ulje se teško potpuno rekristalizuje do kraja što znači da mu je zamrzavanje degradiralo kvalitet. Maslinovo ulje se u domaćinstvu nikako ne treba čuvati u frižideru.

Kod većine potrošača maslinovog ulja vrijedi mišljenje da je prženje na maslinovom ulju kancerogeno. Ova tvrdnja nije tačna, prženje na maslinovom ulju je zdravije od prženja na drugim biljnim uljima ali ono prženjem gubi dio pozitivnih svojstava pa tako se može reći da je to skupo prženje ali svakako zdravije od prženja na drugim biljnim uljima.

Zahvaljujući specifičnom sastavu masnih kiselina, maslinovo ulje za razliku od većine drugih često korišćenih biljnih ulja ima tačku dimljenja na 210°C, znatno iznad temperature pripreme hrane, što ga čini stabilnijim i poželjnijim u odnosu na druga biljna ulja. Na **slici broj 3** je prikazano prženje na maslinovom ulju.



Slika 3

Svjetlost je takođe značajan neprijatelj maslinovog ulja i izlaganje svjetlosti dovodi do degradacije njegovg kvaliteta. Maslinovo ulje se mora čuvati na tamnim mjestima i u ambalaži koja ulje čuva od degradacije. Ukoliko maslinova ulja čuvamo u staklenoj ambalaži onda je potrebno da staklo bude tamno braon boje. Ulja nižeg kvaliteta se u prodaji mogu naći u transparentnim – „bijelim“ bocama što nije slučaj za visokokvalitetna ulja koja su uvijek u tamno braon ambalaži. Na **slici broj 4** je prikazana odgovarajuća ambalaža za čuvanje maslinovog ulja.



Slika 4

Savjeti maslinarima:

Pravilnim skladištenje maslinovog ulja u njemu se duže vrijeme zadržavaju visoko vrijedne prehrambene i biološke osobine. Ako nakon prerade maslinovog ulja nije izvršena njegova separacija ili filtracije potrebno je sačekati određeno vrijeme za taloženje kada sve čestice, nečistoće i vegetativne vode padaju na dno posude nakon čega je važno izvršiti pretakanje u čiste posude. Za skladištenje ulja se trebaju koristiti inox posude, nikako platični bidoni i slično. Ulje treba čuvati na suvom i tamnom mjestu gdje temperatura ne prelazi 25° C i ne pada ispod 10° C a idealna temperatura je između 15° C i 18° C. Na mjestu gdje se čuva ulje ne treba čuvati krompir, luk i druge namirnice a posebno ne benzin, naftu i druga maziva. Ukoliko maslinar ima manje količine ulja poželjno ga nakon pretakanja odmah sipati u tamno braon staklene boce sa odgovarajućim čepom i tako ga čuvati do konzumacije ili prodaje.

Savjeti potrošačima:

Maslinovo ulje treba kupovati u tamno braon staklenoj ambalaži, Treba obratiti pažnju na rok trajanja koji je maksimum 18 mjeseci i treba voditi računa da taj rok počinje da teče od datuma proizvodnje a ne od datuma punjenja kako neki proizvođači navode na bocama. Ako se ulje u domaćinstvu konzumira u manjim količinama poželjno je kupovati manja pakovanja od 0,25 l ili 0,5 l kako bi neminovna oksidacija što manje degradirala ulje.

Maslinovo ulje se u domaćinstvu treba čuvati na suvom i tamnom mjestu, nikako u frižideru a ne smije se izlagati temperaturama većim od 25° C posebno ne preko 28° C. Flašu nakon upotrebe odmah treba zavoriti i vratiti je na suvo i tamno mjesto.

Prženje na maslinovom ulju je poželjno a NE kancerogeno ali se mora računati stim da se sa visokim temperaturama izgubio dio ljekovitih i nutritivnih vrijednosti.

Ekstra djevičansko maslinovo ulje mora posjedovati tri pozitivne osobine a to su voćnost, gorkost i pikantnost. Voćnost podrazumjeva svježi zeleni miris i ukus koji podsjeća na svježe pokoženu travu, list ili zeleni plod masline. Gorkost se osjeća na obodima jezika a uzrokuju je polifenoli iz ulja koji blagotvorno djeluju na zdravlje čovjeka. Pikantnost se prepoznaje kao peckanje u grlu oje nakon kratkog vremena isčezne, ukoliko to pečenje traje duže onda je to negativna osobina upaljenosti ulja.

Maslinovo ulje je vrhunski prehrambeni proizvod koji ima ljekoviti svojstva i koji je nezaobilazan u mediteranskoj kuhinji.