



GRANATA

forma di creme e saponi, derivati dagli unguenti dei nostri avi. «Nelle antiche civiltà, come Sparta, Atene e Roma, la funzione dell'olio per la bellezza era di gran lunga superiore a quella nutrizionale», commenta Gabriella Belisario, antropologa e botanica di Roma. «Puro e fresco veniva spalmato sul corpo prima di ogni gara o battaglia e nell'ultimo viaggio verso l'aldilà. Dal secondo secolo avanti Cristo, i ginnasi lo fornivano gratis agli allievi, come benefit. Nel Medioevo, in mistura con iperico e giglio, l'extravergine era il rimedio popolare per guarire dolori e calvizie».

E nel beautycase...

Fino a noi, sono state tramandate pozioni magiche che fanno dell'olio una sorta di Viagra antelitteram. «Un afrodisiaco maschile, da consumare nella dose di un cucchiaino al giorno, si preparava con cinque foglie di noce polverizzate e il succo del mallo di quattro frutti, mescolati con miele e olio, in un composto fluido», continua l'esperta. «In alternativa, si diluivano in un cucchiaino d'olio cinque grani di cardamomo e cinque di pepe nero, macinati. L'unguento veniva poi spalmato là dove serve per un amplesso straordinario».

Ma anche dal punto di vista cosmetico l'olio ha grandi proprietà. «Anche in casa, è possibile realizzare preparati lenitivi e da toilette, che prendono il nome di "oleoliti", validi per levigare la pelle e ristrutturare i capelli», afferma Maria Pia Apicella, esperta di prodotti naturali

segue >



limone
un cucchiaino di burro
un cucchiaino di zucchero a velo.

Per la crema:

5 cucchiaini di olio d'oliva
2 uova

6 cucchiaini di acqua
100 g di zucchero
un cucchiaino di maizena
mezzo bicchiere di latte.
Rompete le uova e separate i tuorli dagli albumi. Battete i tuorli con lo zucchero, aggiungete la farina setacciata, il miele, la cannella e l'olio e lavorate fino a ottenere una crema omogenea. Montate gli albumi a neve e incorporateli al

composto di uova aggiungendo la scorza di limone.
Ungete di burro 4 stampini individuali o 4 pirottini di carta per pasta maddalena, riempiteli per 3/4 col composto preparato e cuocete nel forno preriscaldato a 150 °C per 30 minuti. Sfornate, decorate con le mandorle e lo zucchero al velo e tenete da parte.
Preparate la crema. Sciogliete

lo zucchero nell'acqua e fatelo cuocere a fiamma vivace per 5 minuti. Lasciate raffreddare. Battete le uova con una frustina e incorporate poco alla volta l'olio, lo sciroppo e la maizena diluite con il latte. Fate cuocere a bagnomaria finché la crema diventa densa. Lasciatela raffreddare e servitela con i dolcetti.

C.H.

MONDO IN VERDE

• La VII Campagna per la promozione del consumo dell'olio d'oliva, finanziata dall'Unione europea, si sta svolgendo in contemporanea in 15 Paesi membri, per incentivare l'uso e sensibilizzare i giovani, attraverso degustazioni, eventi e materiale informativo. Fra le manifestazioni, il concorso destinato a cuochi giovani. Le 150...

hanno come numero verde 8405001...

(www.oliodioliva-info.net).

• La prima oleoteca del mondo è nata a Vicchio sul Mugello, a Firenze, presso Villa Campestri, e si propone come ateneo di cultura dell'olio dove è possibile attingere qualunque informazione storica, scientifica o gastronomica sull'alimento. Tante le etichette di prestigio, numerosi gli orci e gli oggetti antichi e singolare la fontana che eroga extravergine.

Info: tel. 055/8490107;

(www.villacampestri.it).

In test sulle 25 marche più diff

di altri extravergine

• L'Osservatorio sull'extravergine "Il gusto del benessere", voluto dall'azienda Bertolli, è un punto di riferimento per l'analisi delle proprietà dell'olio. Il centro di ricerche è coordinato dal dottor Oliviero Sculati, direttore dell'Unità di nutrizione dell'Asl di Brescia. Info: tel. 02/631161.