

Detailbeschreibung und Analysen



Leccino BIO, intensivfruchtig, von La Ranocchiaia, Toskana

Der bekannte „Merum-Taschenführer Olivenöl 2017“ mit der strengsten Selektion schrieb:

Leccino: „*Helles Gelbolivgrün; leicht süsslich, Mandel und grüne Banane; weichfruchtig-mandelig, moderate Bitterkeit, feine, ansteigende, ausgeprägte Schärfe, leichte Adstringenz*“.

Im 2017 prämiert mit 1 Herz (gutes Öl). Für 2020 nicht eingereicht.

Oliven	100 % Leccino BIO
Herkunft	Toskana
Ernte	Oktober/November 2019
>> Von der Ernte 2019 wurde keine Analyse erstellt, die Werte von 2017/18 sind aber vergleichbar	
Produktion	1300 Liter
Säure	0,20 %
Peroxidzahl	nur 5,1 meq O ₂ /kg (= sehr tief)
Antioxidantien	Polyphenole 500 mg, Tocopherole 255 mg
Gebinde	Flaschen à 0,5 l

Passt sehr gut zu: Süsswasser- und Meerfisch, Fleisch, Gemüse, Pastagerichten, Käse

Mehr über Analysenwerte

Die Prozentzahl der freien **Fettsäuren** eines Öls ist ein Indikator für die Gesundheit und die Frische der verwendeten Oliven. Gemäss Gesetz darf dieser Wert bei einem Extra Vergine 0,8 % nicht übersteigen. Je geringer der Säurewert – weniger als 0,3 Prozent deutet auf gute Olivenqualität – desto besser.

Die **Peroxidzahl** gibt Aufschluss über den Konservierungszustand eines Öls und ist ein Mass für den Oxidationszustand. Gemäss Gesetz darf dieser Wert bei einem Extra Vergine 20 nicht übersteigen. Auch hier gilt: je tiefer der Wert, desto frischer das Öl; bei guten Ölen liegt die Peroxidzahl deutlich unter 10.

Der Gehalt an **Polyphenolen** ist ein wichtiger Massstab für die Qualität eines Öls. Diese Stoffe wirken sich stark auf die sensorische Qualität und die gesundheitlichen Vorzüge aus, da sie bedeutende antioxidative Wirkung besitzen: Je höher der Gehalt an Polyphenolen, desto gesünder und haltbarer, aber auch bitterer und schärfer ein Öl. Aber auch die **Qualität dieser Polyphenole** ist wichtig, das heisst, je originärer (unabgebauter) sie sind, desto besser. Das heisst auch, dass die Qualität der Polyphenole um so höher ist, je höher der Anteil von Polyphenolen mittleren und hohen Molekulargewichtes ist. Je höher der Anteil an Polyphenolen hohen und mittleren Molekulargewichtes, desto intakter die antioxidative Wirkung. Spitzenwerte liegen beim Gesamtgehalt zwischen 500 und 800 mg/kg, gute Werte sind solche ab 250 mg/kg. Der Polyphenolgehalt hängt stark von Anbaugesicht, Sorte, Jahrgang, Verarbeitung und Lesezeitpunkt ab.

Tocopherol (Vitamin E) besitzt antioxidative Wirkung und schützt vor allem das LDL-Cholesterin vor oxidativen Angriffen; es werden zudem eine ganze Reihe weiterer positiver Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit vermutet. Je höher der Tocopherol-Gehalt, desto grösser der gesundheitliche Wert eines Öls.