



### **Moderne Alchemie: die Gewinnung reinen Olivenöls im zweitgrößten Nationalpark Italiens**

#### **Das gesunde „Gold des Cilento“**

**Regensburg, 27.07.2011** – Die Gewinnung von Gold und Edelmetallen ist seit jeher Ziel großer Chemiker und Alchemisten. In den letzten Jahren gelang es nun Wissenschaftlern ein Produkt herzustellen, das den Edelmetallen in nichts nachsteht: das „Olio extra vergine di Oliva“ – wichtigster Bestandteil gesunder mediterraner Küche und in Süditalien als „Gold des Cilento“ bezeichnet. Die Bedeutung des Olivenöls für die Region Cilento, Nationalpark und Unesco Weltkulturerbe erschließt sich bereits aus dem Landschaftsbild: Immergrüne Olivenhaine dominieren die Berghänge an der Küste und im Hinterland. Laut Überlieferung wurden die ersten Pflanzen einst von griechischen Siedlern eingeführt. Mittlerweile erscheint das milde Olivenöl mit der strengen Qualitätsgarantie "D.O.C." (Denominazione Origine Controllata), meist in Bio-Qualität.

#### **Von der Bodenbepflanzung bis zur Gewinnung von Bio-Olivenöl**

Nach der Entnahme von Bodenproben und anschließender Analyse wählt man genau die Olivensorte aus, die für die Bodenbeschaffenheit optimal ist. Im Cilento bestimmt das Landschaftsbild der hoch wachsende, pisciottanische Olivenbaum, welcher nur in dieser Region vorkommt und besonders große Oliven hervorbringt. Regulär werden die Früchte bei der Ernte geschüttelt oder man wartet bis sie vom Baum fallen, wodurch es zu einer Druckstelle kommt und so Säurebildung entsteht. Nicht so bei rein biologischem Olivenöl. Hierfür werden die Oliven von Hand gepflückt und noch am selben Tag gepresst. Denn nur die erste kalte Pressung direkt nach der Ernte und der schadstofffreie Anbau garantiert säurereduziertes und hochwertigstes Olivenöl, so wie das Öl der Familie Perazzo.

#### **Familie Perazzos Weg zu einem der besten Olivenöle des Cilento**

Tradition in den Familien des Cilento ist, ihr eigenes Olivenöl herzustellen. So auch in der Familie Perazzo. Das Ergebnis blieb in früheren Zeiten jedoch mehr oder weniger dem Zufall überlassen. Das hat sich grundlegend geändert. Im Laufe der letzten 25 Jahre ist ein Prozess in Gang gekommen, den man mit Qualitätsbewusstsein umschreiben kann – Hand in Hand mit dem Wissen um eine gesunde Ernährung.

Franco Perazzo kam dabei ein Glücksfall zu Hilfe: die Bekanntschaft mit einem Professor der Universität von Perugia – einem Spezialisten auf diesem Gebiet. Mitte der 1980er Jahre begann man dann Nähe Ascea einen neuen Olivenhain anzulegen. Die Zusammensetzung der Erde wurde genau analysiert. Für die Bodenbeschaffenheit optimal waren die Sorten Pentolino, Frantoio und Leccino. Ein Bewässerungssystem wurde installiert und Drainagen gelegt. Der Anbau erfolgt seither rein biologisch. So haben die Perazzos einen gesunden Baumbestand – die erste Voraussetzung für eine gute Qualität der Früchte. Ein weiterer Aspekt ist die Ernte. Franco und seine Frau Antonietta sind inzwischen Spezialisten: die Oliven werden gepflückt und noch am selben Tag kalt gepresst. Sie wissen auch um den richtigen Zeitpunkt – weder zu früh noch zu spät. Dies alles garantiert den reinen und erlesenen Geschmack dieses als gesundheitsförderndes Lebensmittel anerkannten Olivenöls.

Franco Perazzo, der hervorragend deutsch spricht, bietet für Touristen auch Führungen durch seinen Olivenhain an und gibt so sein Wissen um den Olivenanbau weiter. Nach etwa eineinhalbstündiger, unterhaltsamer und informativer Besichtigung kann das exzellente Öl selbst verkostet werden.

### **Gesund durch Olivenöl in der cilentanischen, mediterranen Küche**

Olivenöl versprach bereits in der Antike, das Leben zu verlängern. Jahrzehntelange Forschungsarbeiten haben nun überzeugend nachgewiesen, dass die Zufuhr von ungesättigten Fettsäuren, wie sie im Olivenöl vorkommen, eine Senkung des Cholesterinspiegels nach sich zieht und Blutdruck sowie die Anfälligkeit für Herzkrankheiten minimiert. Studien belegen zudem die gesundheitsfördernde Wirkung auf Magen und Leber sowie den positiven Einfluss auf das Wachstum von Kindern.

Neben der Zubereitung vieler cilentanischer Köstlichkeiten, wie zum Beispiel Caprese nach Pisciotta - Art oder Artischocken gefüllt mit Thunfisch, kann Olivenöl mit seiner geschmacklichen Vielfalt praktisch jedes Gericht aufwerten.

Aber nicht nur Olivenöl ist Bestandteil einer bewussten Ernährung. Die gesamte mediterrane Küche, bestehend aus Fisch, frischem Gemüse, Käse und Obst, ist der Gesundheit förderlich. Dies wurde im Rahmen von Studien des amerikanischen Wissenschaftlers Ancel Keys im Cilento erforscht und es entstand die mediterrane Diät, die „Dieta Mediterranea“, welche Kreislauf- und Herzkrankheiten vorbeugt und zu allgemeinem Wohlbefinden beiträgt.

### **Gäste als Erntehelfer im Agriturismo Sant Andrea und Le Favate**

Im Herbst, wenn die Zeit der Olivenernte gekommen ist, gibt es für Gäste des Agriturismo Sant Andrea in Santa Maria di Castellabate und im Agriturismo Le Favate in Terradura (Ascea) die Gelegenheit bei der Ernte mitzuhelfen.

So kommen Touristen in Kontakt mit Land und Leuten und werden für ein paar Stunden Teil des süditalienischen Arbeitsalltages.

Das gewonnene Olivenöl wird daraufhin für die Zubereitung der Gerichte im Agriturismo verwendet, wodurch die Gäste die gepflückten Oliven in Form reinen Olivenöls selbst verköstigen können.

Preis für 1 Woche im Agriturismo Sant Andrea ab 560 Euro für das Apartment, ab 245 Euro pro Person im Gästezimmer inklusive Frühstück.

Preis für 1 Woche im Agriturismo Le Favate ab 280 Euro pro Person im Gästezimmer inklusive Frühstück.

**Weitere Informationen unter [www.cilento-ferien.de](http://www.cilento-ferien.de).**

---

Cilentano hat sich auf die Vermittlung von persönlich ausgewählten Ferienunterkünften in Süditalien, insbesondere im Cilento, spezialisiert. 1999 gegründet, ist das Regensburger Unternehmen heute der größte Anbieter von Ferienwohnungen und -häusern im Cilento und hat rund 170 Objekte im Programm. Außerdem vermittelt Cilentano Sprach- und Wanderreisen. Die Homepage [www.cilentano.de](http://www.cilentano.de) bietet umfassende Informationen und viele Fotos zum Angebot von Cilentano. Ferienwohnungen und -häuser aller Preisklassen, aber auch Landhäuser, B&B-Unterkünfte und Hotels sind detailliert beschrieben und direkt buchbar.

Cilentano ist Mitglied im „forum anders reisen“, einer Organisation von Reiseveranstaltern, die sich dem sanften Tourismus verpflichtet fühlen. Seit 2010 trägt das Regensburger Unternehmen auch das CSR-Siegel, das für umwelt- und sozialverträgliches Wirtschaften verliehen wird.

Der Cilento beginnt etwa 100 Kilometer südlich von Neapel. Zwischen Paestum im Norden, den Monti Alburni im Osten und Sapri im Süden liegt ein Paradies für Genießer und Aktive. Als zweitgrößter Nationalpark Italiens und UNESCO-Weltkulturerbe ist der Cilento vom Massentourismus verschont geblieben. Die Küste bietet auf rund 100 Kilometern feinste Sandstrände im Wechsel mit steilen Klippen; die Wasserqualität ist eine der besten in ganz Italien. Im hügeligen Hinterland gedeihen Wein, Oliven und Obstbäume, dahinter erheben sich bis 1.900 Meter hohe Berge. Mountainbiker, Wanderer und Reiter finden hier ihr Eldorado. In die Landschaft eingebettet sind Kulturdenkmäler von Weltrang, darunter die griechischen Tempel von Paestum und die antike Philosophenschule in Velia.

**Für weitere Informationen und Bildmaterial wenden Sie sich bitte an:**

**Cilentano**

Kerstin Götz

Margaretenstr. 14

93047 Regensburg

Tel. (0941) 567646-0

Fax (0941) 567646-1

E-Mail: [info@cilento-ferien.de](mailto:info@cilento-ferien.de)

Internet: [www.cilento-ferien.de](http://www.cilento-ferien.de)