Tastos i aplicacions d'Oli d'Oliva Verge Extra amb Denominació d'Origen Protegida (DOP): tradició i creativitat a la cuina

#FormacióProdeca

Pep Nogué - Cuiner i divulgador gastronòmic
Mª Àngels Calvo - Cap del Panell de Tast Oficial d'Olis Verges d'Oliva de Catalunya

Prodeca
Promotora dels aliments catalans

Generalitat de Catalunya

26 de novembre de 2025



SIURANA

DENOMINACIÓ D'ORIGEN PROTEGIDA

OLI DE L'EMPORDÀ

denominació d'origen protegida

DENOMINACIÓ D'ORIGEN PROTEGIDA

OLI del BAIX EBRE MONTSIÀ

CONSELL REGULADOR

Oli Terra Alta

Denominació d'Origen Protegida

DENOMINACIÓ D'ORIGEN

protegida

LES GARRIGUES

Aplicacions d'OOVE amb DOP: tradició i creativitat a la cuina

5 DOP CATALANES D'OOVE

- **DOP OLI DE L'EMPORDÀ:** Argudell, corivell i llei de Cadaqués (varietats autòctones de l'Empordà) + arbequina
- **DOP LES GARRIGUES:** Arbequina
- **DOP SIURANA:** Arbequina (mínim 90%), rojal i morruda (10%)
- **DOP OLI TERRA ALTA:** Empeltre i arbequina, amb una petita participació d'altres varietats com la morruda i la farga
- **DOP OLI DEL BAIX EBRE - MONTSIÀ:** Morrut o morruda, sevillenca i farga



Oli d’oliva verge extra

- És un oli d’oliva de categoria superior obtingut directament d’olives i només mitjançant procediments mecànics.

- No pot tenir cap tipus de defecte organolèptic, és la categoria més alta dels olis d’oliva verge i és l’oli més saludable que podem consumir.

- La normativa general marca que la seva acidesa no pot superar el valor de 0’8º.

- **L’oli amb Denominació d’Origen pertany a aquest grup, la mitjana de la seva acidesa no supera les dues dècimes (0’2º), amb l’aval de garantia d’origen i de qualitat certificada per les exigències dels controls de qualitat del Consell Regulador.**

Oli d’oliva verge

- És un oli d’oliva obtingut directament d’olives i només mitjançant procediments mecànics, però amb defectes organolèptics d’intensitat lleu i la seva acidesa no pot superar els 2º. És apte pel consum directe.

Oli d’oliva llampant

- És un oli molt defectuós i amb una acidesa per sobre dels 2º. No és apte per al consum directe i haurà de passar per processos de refinació per a que es pugui consumir.

Oli d’oliva refinat

- És el que s’obté de la refinació i rectificació amb processos químics dels olis d’oliva que no són aptes per al consum directe. La refinació comporta la pèrdua de les característiques de l’oliva i només queda un greix d’origen vegetal, totalment transparent. Aquest tipus d’oli no es troba al mercat i es destina a ser envasat juntament amb un mínim percentatge d’oli d’oliva verge.

Oli d’oliva

- S’obté de la barreja d’olis refinat amb un mínim d’oli verge. Està compost per un mínim d’un 80 % d’oli refinat i un màxim d’un 20 % d’oli verge, que li dona una mica de color i de sabor, perquè el consumidor no el rebutgi. La qualitat d’aquest oli és molt inferior a la dels olis verge i verge extra, perquè el seu contingut majoritari és l’oli d’oliva refinat.

TAULA DE FREGIDES I PUNT DE FUM DELS GREIXOS

+150ºC



Fregides	OOVE	Mantega	O. Girasol	Oli de soja
1	Excel·lent	No apte	Bo	Apte
2	Excel·lent	No apte	Bo	Apte
3	Excel·lent	No apte	Bo	Tolerable
4	Bo	No apte	Apte	Tolerable
5	Bo	No apte	Apte	Tolerable
6	Bo	No apte	Apte	Tolerable
7	Bo	No apte	Tolerable	No apte
8	Bo	No apte	Tolerable	No apte
9	Bo	No apte	No apte	No apte

Taula de fregides i punt de fum dels greixos

- L'Oli d'Oliva Verge Extra té un alt contingut en antioxidants naturals, que contribueixen a que es degradi menys i més lentament que altres olis vegetals, a més és més estable conservant tots els nutrients per més temps.

- Comparant amb l'oli de cacauet i el de canola, l'OOVE produeix menys compostos tòxics en fregir-se i triguen més a aparèixer a causa, com esmentem anteriorment, a l'alt contingut de compostos antioxidants.

- Fins a 160ºC, l'OOVE conserva millor les seves propietats i te més beneficis per la salut i dura més que altres greixos.

Altres aplicacions de la cuina molecular de l'OVEE

Caviar d’OOVE (Caviaroli)



Sorra d’OOVE (maltodextrina)





Shots d’OOVE (glicemul)



Gelea d’OOVE



Aire d’OOVE (lecitina)



Pasta de fruita d’OOVE (pectina)

Merengue d’OOVE (albumina)



Encapsulat d’OOVE (isomalt)



Espelma d’OOVE (isomalt)



Gelatina d’OOVE



Gràcies!