

# EL ACEITE DE OLIVA, UN GRAN ALIADO



EL **ACEITE DE OLIVA** ES UNA **GRASA VEGETAL** QUE SIRVE PRINCIPALMENTE COMO ALIMENTO. NUESTRO CUERPO LO UTILIZA PRINCIPALMENTE COMO **FUENTE DE ENERGÍA** Y PARA CONSTRUIR LAS MEMBRANAS CELULARES DE NUESTRO ORGANISMO.

EL **AOVE O ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA** ES UN ACEITE DE OLIVA DE MÁXIMA CALIDAD. SE OBTIENE DIRECTAMENTE DE ACEITUNAS EN BUEN ESTADO MEDIANTE PROCEDIMIENTOS ÚNICAMENTE MECÁNICOS, LO QUE LE OTORGA UN SABOR Y OLOR INTACHABLES.

## ¿CÓMO IDENTIFICAR UN BUEN AOVE?



EL **GRADO DE ACIDEZ** NO TIENE NADA QUE VER CON EL SABOR AMARGO, NI LA INTENSIDAD, SINO QUE DETERMINA LA CANTIDAD DE ÁCIDOS GRASOS LIBRES EN EL PRODUCTO. ESTO VIENE DADO POR EL TIPO DE PROCESO AL QUE SE HAYA SOMETIDO LA ACEITUNA, TANTO EN SU CULTIVO COMO EN LA RECOLECCIÓN. CUANTA MÁS ACIDEZ, PEOR ES EL ACEITE, SIENDO EL MÁXIMO 0,8°.

EL ACEITE NO DEBE OBTENERSE CON ALTAS **TEMPERATURAS**, YA QUE CAMBIA SUS PROPIEDADES CON EL CALOR. SU TEMPERATURA ÓPTIMA DEBE SER 27° O MENOS. CUANTO MENOR, MEJOR CALIDAD.



EL ACEITE NO MEJORA CON LA EDAD, LA **FECHA DE LA COSECHA** DEBE SER MENOR DE 1 AÑO.

LA **OXIDACIÓN** NO ES BUENA PARA EL ACEITE. POR ESO, QUE INDIQUE SU PROCEDENCIA Y QUE SEA ENVASADO EN ORIGEN SIEMPRE ES INDICATIVO DE BUENA CALIDAD



GARANTÍA DEL **SELLO SIQEV**, SI QUIERES ASEGURARTE DE ADQUIRIR UN BUEN AOVE, BUSCA QUE LLEVE ESTE SELLO QUE GARANTIZA QUE TIENE TODAS LAS CUALIDADES Y PROPIEDADES NECESARIAS PARA QUE SEA UN PRODUCTO DE MÁXIMA CALIDAD