

## L'APPELLATION D'ORIGINE PROTEGEE



L'Appellation d'Origine Protégée reconnaît, au niveau européen, un **lien entre un produit et son terroir**.

En France, 14 produits oléicoles sont reconnus en AOP dont deux en région Languedoc-Roussillon (trois autres sont en cours de reconnaissance).

### L'AOP NIMES

L'Appellation d'Origine Protégée Nîmes a été obtenue en 2004 pour l'huile d'olive et en 2006 pour les olives vertes.



© Syndicat de l'olive de Nîmes

Le territoire de l'A.O.P. comprend 223 communes, situées dans le Gard (pour une grande partie) et l'Hérault.

#### L'Huile d'olive AOP Nîmes.

Type : « goût intense ».

Descriptif aromatique : arômes intenses de fruits rouges, de prunes, d'ananas (...) avec une pointe d'amertume et une ardeur nette.

#### L'Olive AOP Nîmes.

Olive verte de variété Picholine, craquante et juteuse avec des arômes de beurre, de noisette. Elle se déguste à l'apéritif ou en cuisine.

## SUD DE FRANCE



Sud de France est l'identifiant des produits viticoles et agroalimentaires du Languedoc-Roussillon.

En adhérant à cette démarche, 2600 entreprises et 9200 produits signifient ainsi leur engagement sur la provenance et l'état d'esprit lié à une production et à des savoir-faire régionaux reconnus.

Sud de France marque ainsi l'intention régionale de faire

exister le Languedoc-Roussillon à travers l'excellence de ses produits, la richesse de son histoire, la force de sa nature et la convivialité des hommes qui l'exploitent.

Les productions agricoles sous la marque «Sud de France» sont très variées.

Une soixantaine moulins, confiseries et domaines oléicoles sont engagés dans la démarche Sud de France.



Service communication - Institut du Monde de l'Olivier - 40 place de la Libération 26110 NYONS  
Tél. 04 75 26 90 90 - email : nyons@afidol.org  
Site Internet : www.huiles-et-olives.fr - suivre Espace enfants



«Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes frais par jour et pratiquez une activité physique régulière.»  
www.mangerbouger.fr

Réalisé par l'Association Française Interprofessionnelle de l'Olive

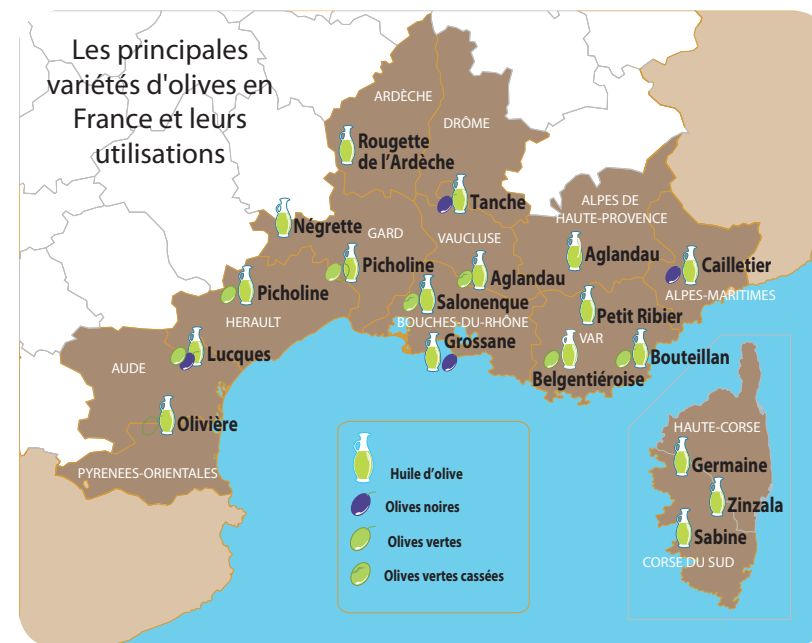
# L'OLIVIER, L'OLIVE, L'HUILE D'OLIVE...

On trouve des oliviers partout dans le monde, dans des régions qui ont un **climat de type méditerranéen** caractérisé par des étés chauds et secs et des hivers doux et humides.

Les principaux pays producteurs sont : l'Espagne, l'Italie, la Turquie, la Tunisie, le Maroc, la Grèce...

En France, l'olivier est présent dans 13 départements du **Sud-Est de la France** : Alpes de Haute-Provence, Alpes-Maritimes, Ardèche, Aude, Bouches-du-Rhône, Corse du Sud, Drôme, Gard, Haute-Corse, Hérault, Pyrénées-Orientales, Var, Vaucluse.

La France produit en moyenne 5 000 tonnes d'huile d'olive chaque année. Elle en consomme plus de 105 000 tonnes.



## L'OLIVE : UN FRUIT D'HIVER !

L'olivier fleurit en mai - juin, les fruits grossissent pendant l'été pour atteindre leur taille adulte en septembre.

Selon les variétés, on récolte :

- **les olives vertes**, c'est à dire «pas encore mûres», en septembre ;
- **les olives noires**, c'est à dire «mûres», entre novembre et février.

Il existe plus de 100 variétés d'olivier en France. Pour la plupart, ces variétés ne sont cultivées nulle part ailleurs.

## L'HUILE D'OLIVE VIERGE : UN PUR JUS DE FRUIT !



Broyage et malaxage



Séparation des phases solides (grignons) et liquides (huile et margines)



Séparation de l'huile et de l'eau (margines)



Huile d'olive vierge

### L'HUILE EST DANS L'OLIVE.

Après effeuillage et lavage, les olives sont broyées.

La pâte est malaxée.

Puis on sépare les grignons (chair, peau et noyau écrasés), les margines (eaux contenues dans l'olive) et l'huile par centrifugation ou par pression.

L'extraction de l'huile d'olive se fait dans un moulin.

Il faut 5 à 6 kg d'olives pour obtenir 1 litre d'huile d'olive.

### LA DÉGUSTATION ET LES GOÛTS DE L'HUILE D'OLIVE

Pour déguster une huile d'olive, on utilise deux de ses sens :

- son **odorat** : on sent l'huile d'olive ;
- et son **goût** : on met l'huile d'olive en bouche en aspirant un peu d'air.

Le **FRUITÉ** de l'huile d'olive : c'est l'ensemble des sensations aromatiques que l'on ressent lorsqu'on goûte une huile d'olive. Une huile d'olive peut avoir un arôme dominant et des notes complémentaires.

Une huile d'olive peut également être plus ou moins **amère** et/ou **ardente** (piquante) ou **douce**.



### POURQUOI PLUSIEURS GOÛTS ?

L'huile d'olive vierge est un **pur jus de fruit**. Son goût est différent en fonction :

- de la ou des variétés d'olives dont est issue l'huile ;
- de la maturité des olives au moment de leur récolte ;
- du terroir et du savoir-faire des hommes.

Il n'y a donc pas une huile d'olive mais **des huiles d'olive** dont chacune a des caractéristiques organoleptiques (goût et odeur) différentes.



### LES FAMILLES DE GOÛTS

Parmi les huiles d'olive françaises, on a défini trois grandes familles d'huiles d'olive :



- **GOÛT SUBTIL** : huile d'olive douce, parfois légèrement piquante et/ou amère, aux arômes de fruits ou de fleurs ;



- **GOÛT INTENSE** : huile d'olive à l'amertume et / ou à l'ardence marquée(s) avec des arômes rappelant les végétaux ;



- **GOÛT À L'ANCIENNE** : huile d'olive très douce marquée par des arômes d'olive noire, de truffe, de cacao, de sous-bois...

Au sein de chacune de ces familles, on peut découvrir une grande diversité de goûts et d'arômes.

L'huile d'olive s'utilise, en cuisine, avec tous les ingrédients et dans tous les plats chauds ou froids, de l'entrée au dessert et même en friture !

On marie l'huile d'olive en fonction de son goût et de celui du plat que l'on veut préparer.

L'important : l'équilibre entre le mets et l'huile d'olive utilisée.

## L'OLIVIER EN REGION LANGUEDOC-ROUSSILLON

La région Languedoc-Roussillon est la **deuxième région oléicole française (après la région Provence Alpes Côte d'Azur)**. On dénombre 717 communes oléicoles. Son verger compte plus d'un million d'oliviers sur **9 500 hectares** environ. Ils sont cultivés par **6 400 oléiculteurs**.

### LES PRINCIPALES VARIÉTÉS DANS LA RÉGION



© Syndicat de l'olive de Nîmes

#### LA PICHOLINE

*Zone de culture principale* : Gard, Hérault, Aude, Pyrénées-Orientales.

*Utilisations* : olives vertes, huile d'olive.

*Caractéristiques de l'huile d'olive* : huile d'olive relativement ardente, aux arômes dominants de prune, de fruits exotiques, de verdure et de vanille, amertume légère à marquée.



#### LA LUCQUES

*Zone de culture* : Hérault, Aude, Pyrénées-Orientales.

*Utilisations* : olives vertes, huile d'olive.

*Caractéristiques de l'huile d'olive* : huile d'olive douce et légère aux arômes de fruits secs discrets.



#### L'OLIVIÈRE

*Zone de culture* : Aude, Pyrénées-Orientales, Hérault.

*Utilisations* : huile d'olive monovariétale ou en assemblage avec d'autres variétés.

*Caractéristiques de l'huile d'olive* : huile très onctueuse, douce qui dégage des arômes de fruits secs (amande, noisette), des notes de plant de tomate ou de basilic et parfois de pomme.

De nombreuses autres variétés sont présentes de manière plus ou moins localisées : la Clermontaise, la Verdale de l'Hérault, la Négrette, la Rougette de Pignan, la Noirette, l'Argoudeil, la Coubeil, le Cayon...

Les produits phares de la région Languedoc-Roussillon sont ses olives vertes, uniques et gourmandes : Lucques, Picholines, olives de Nîmes AOP.

### LA PRÉPARATION DES OLIVES VERTES : UNE SPÉCIALITÉ RÉGIONALE

L'olive est un fruit qui ne peut pas être consommé tel quel, elle est très amère même mûre. Il faut donc la désamériser et la préparer pour pouvoir la manger.

Seules les plus belles olives (grosses, charnues...) partent à la *confiserie d'olive*. Après effeuillage, elles sont triées pour enlever les fruits abimés, puis calibrées.

Les olives doivent être **désamérisées** pour être consommées : on les plonge pendant une dizaine d'heures dans une *solution alcaline*. C'est une opération délicate qui nécessite un savoir-faire particulier (d'ailleurs, chaque confiseur a sa recette et son tour de main). Les olives sont ensuite **rincées** plusieurs fois à l'eau claire (il ne reste ainsi aucune trace de la solution alcaline dans l'olive). Puis elles sont placées dans une **saumure (mélange d'eau et de sel)** pendant une dizaine de jours.

Les olives vertes sont commercialisées fraîches, pendant deux à trois mois (à conserver au frais) ou *pasteurisées* (elles se conservent alors beaucoup plus longtemps).



#### Vocabulaire

*Confiserie d'olives* : lieu où l'on prépare les olives.

*Solution alcaline* : liquide résultant d'un mélange d'eau et d'une base (dans le cas de la confiserie d'olive, de la soude).

*Pasteurisé* : aliment ayant subi une pasteurisation c'est à dire un chauffage entre 60°C et 90°C sans ébullition suivi d'un refroidissement brusque.