

# L'OLIVE, SAVEUR DU SUD

De multiples variétés **uniques** d'olives sont cultivées dans le Midi de la France. Cueillies et préparées avec soin, ces olives développent une multitude d'arômes.

L'olive verte est une olive qui est récoltée avant maturité complète. L'olive noire est une olive mûre.

L'olive est un fruit peu commun, il ne peut être consommé directement sur l'arbre compte tenu de son amertume. Il faut le préparer, c'est ce que l'on appelle la confiserie de l'olive.

**Vertes ou noires, à l'apéritif comme en cuisine, les Olives du Midi de la France vous offrent une grande variété de saveurs !**

L'Appellation d'Origine Protégée est l'équivalent européen de l'AOC (Appellation d'Origine Contrôlée). Elle identifie un produit typique, dont le caractère est lié à son origine géographique : elle est l'expression d'un lien intime entre producteurs, produits et terroir. L'AOP est la combinaison de multiples éléments naturels (agronomie, géologie, climat...) et humains (culture, histoire, savoir-faire...). Ses caractéristiques font que ce produit ne peut être reproduit à l'identique hors de son terroir d'origine.



Le Midi de la France compte cinq AOP pour les olives de table, sept pour les huiles d'olive (plus une en cours), et autant de saveurs différentes !

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas

[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



**Association Française Interprofessionnelle de l'Olive - AFIDOL**

Maison des agriculteurs - 22 avenue Henri Pontier 13626 AIX-EN-PROVENCE  
Tél. 04 75 26 90 90 - [contact@huilesetolives.fr](mailto:contact@huilesetolives.fr) - [www.afidol.org](http://www.afidol.org)



Prestation confiée à l'Institut du Monde de l'Olivier  
40 place de la Libération 26110 NYONS

[www.huilesetolives.fr](http://www.huilesetolives.fr)

Avec la participation financière de :



## Olives du Midi

### UN PRODUIT, DES SAVEURS



## DES VARIÉTÉS ET DES TERROIRS POUR DES SAVEURS ENSOLEILLÉES !

### LES OLIVES NOIRES



• **L'OLIVE DE NICE AOP – LE CAILLETIER** : Bicolores ou noires, ces olives sont caractérisées par des arômes de sous-bois et d'agrumes cuits accompagnés d'une pointe d'amertume.

• **L'OLIVE NOIRE DE NYONS AOP – LA TANCHE** :

Elles sont caractérisées par leur chair ridée et leur couleur « bure de moine ». Préparées en saumure, elles présentent un fruité qui va du fruit mûr au sous-bois. Piquées au sel, leur goût est plus puissant et prononcé.



• **L'OLIVE NOIRE DE LA VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE AOP – LA GROSSANE** : Préparées en saumure ou piquées au sel fin, ces olives présentent des arômes de truffe, de cèpes, de pain au levain, de pain d'épices, voire de vin rouge.



### LES OLIVES VERTES

• **LA LUCQUES** : Cultivée entre Montpellier et Perpignan, la Lucques a une forme caractéristique de croissant de lune et présente des arômes d'amande fraîche.



• **L'OLIVE DE NÎMES AOP – LA PICHOLINE** : Ces olives ont une chair ferme avec un goût de beurre noisette très agréable.



• **L'OLIVE CASSÉE DE LA VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE AOP** : Ecrasée légèrement et placée dans une saumure, aromatisée au fenouil, l'olive acquiert un goût acidulé et végétal.



## FRUITS DU SOLEIL ET DE LA PASSION

*Dans le Midi de la France, on utilise des méthodes artisanales pour désamériser l'olive.*

Pour l'olive verte, les fruits sont trempés quelques heures dans une solution alcaline (mélange d'eau et de soude ou de potasse) puis rincés très longuement de manière à enlever toute trace de cette solution. Les olives sont ensuite placées dans une saumure. On peut également « casser » l'olive (on écrase légèrement l'olive avec un maillet en bois) puis la plonger quelques jours dans l'eau.

Pour l'olive noire, la principale méthode utilisée est la saumure, les olives sont trempées quatre à six mois dans un mélange d'eau et de 8 à 10 % de sel. On trouve également, l'olive piquée au sel fin (on pique la chair des olives et on les recouvre de sel fin pendant quelques jours) et l'olive au naturel (les olives sont enfermées dans un bocal hermétique pendant plusieurs mois pour perdre leur amertume).

**Dans tous les cas, vertes ou noires, c'est la garantie de saveurs authentiques !**



### LES PRINCIPALES VARIÉTÉS D'OLIVES DE BOUCHE ET LES ZONES EN APPELLATION D'ORIGINE



En France, dans le Sud, on compte **4,6** millions d'oliviers, soit 0,3 % du verger mondial



Idéales à l'apéritif, les Olives du Midi de la France peuvent également vous accompagner en cuisine et donner à vos plats un « petit plus » qui fait toute la différence (recettes sur [huilesetolives.fr](http://huilesetolives.fr)).

“ La Provence... au penchant des collines pierreuses forme la grasse olive aux liqueurs savoureuses ”  
A. Chénier, Hymne à la France