

# “Due chiacchiere con... Luigi Caricato”

Ho avuto il piacere di conoscerlo ed ascoltarlo nell'ultima edizione di *Olio Officina*, il Food Festival da lui diretto e ideato per approfondire e divulgare attraverso percorsi olistici, la cultura degli oli. Chiarire qualche dubbio è sempre utile... quindi, pronti via!

*Luigi Caricato di professione... Oleologo.* Scrittore e giornalista ha pubblicato diversi volumi sull'olio di oliva, oltre a un romanzo, *L'olio della conversione*. Collabora con varie testate giornalistiche italiane ed estere.

- Dal 2003 dirige il settimanale on line “*Teatro Naturale*” periodico specializzato in agricoltura, alimentazione e ambiente.
- Dal febbraio 2009 dirige il mensile on line in lingua inglese “*Teatro Naturale International*”.
- Dal 18 novembre 2010 cura il blog “*Olio Officina*”.
- **Luigi Caricato, oleologo-divulgatore che racconta a 360° gli oli d'oliva. Come è nata questa tua avventura nel mondo dell'olio?**

E' una avventura nata da una radicata tradizione familiare. Sono figlio e discendente di olivicoltori e frantoiani. Quindi provengo da coloro che sono i veri artefici dell'olio. Sono nato tra l'altro nel Salento, a pochi chilometri da Lecce, in una terra tappezzata di olivi e che nel passato ha vissuto un intenso traffico d'olio verso ogni angolo d'Europa. Grazie al commercio dell'olio nel Seicento è stato possibile realizzare le grandi architetture barocche, proprio in virtù dei cospicui guadagni derivati dalla vendita dell'olio.

Comunque, a parte questa appartenenza, debbo allo scrittore *Giuseppe Pontiggia* il mio impegno totale a favore del mondo

dell'olio. E' stato lui a spingermi a occuparmene. Mi definiva il "Papa dell'olio", anche per via dei miei studi teologici. E così nel corso degli anni ho scritto tanti libri, e ho iniziato a intraprendere una lunga serie di percorsi virtuosi che sicuramente hanno lasciato un segno importante.

**• Adoro gli ulivi, piante secolari dall'aspetto rugoso, sentinelle di anni di storia. Qualcuno stenterebbe a crederlo visto che sono conosciuta per la mia parlantina... ma ti assicuro che alla loro vista un rispettoso silenzio s'impone in me. L'ulivo mi trasmette pace e armonia. Dire ulivo al singolare però non è proprio corretto. La realtà è che ne esistono moltissime varietà suddivise a livello sensoriale per caratteristiche olfattive e gustative. Puoi darmi una mappa olistica aggiornata?**

E' proprio così. E' la stessa sensazione che provo anch'io, soprattutto quando sono a contatto con gli olivi secolari. Non è un caso che tanti poeti hanno scritto versi che sono grandi elegie. Ed è anche corretto che non si debba pensare all'olivo solo al singolare. Le varietà di olivi sono tantissime, migliaia.

*L'Italia vanta il primato assoluto: 538 sono le cultivar che l'Ivalsa, l'Istituto di propagazione legnosa, ha censito. Non è soltanto un aspetto importante per l'alto valore della biodiversità in sé. Significa anche disporre di una possibilità concreta di ottenere dalla spremitura delle tante, differenti olive, oli peculiari e unici. Una mappa sensoriale l'ho tracciata nel mio ultimo libro, "Olio: crudo e cotto", edito da Tecniche Nuove, ma alla prossima edizione di Olio Officina Food Festival ci saranno sorprese al riguardo.*

**• Come reputi la cultura degli oli in Italia?**

Sono sfacciatamente ottimista. Perché sono convinto che, in fondo, con la forza della volontà e con l'impegno si possano

ottenere ancora grandi risultati. Io li ho ottenuti, e li vedo. Rispetto al passato sono soddisfatto. Dobbiamo del resto confrontarci con i decenni passati e attendere il futuro, lavorando sodo. Oggi non siamo contenti, perché oggettivamente se il consumatore sceglie in funzione del prezzo più conveniente vorrà dire che non esiste una vera cultura di prodotto, nel senso pieno del termine. Però è diverso, oggi c'è un maggiore senso di responsabilità. I produttori sono diventati più bravi.

*Ora tocca agli chef, e soprattutto ai ristoratori, acquisire una maggiore consapevolezza, e studiare, studiare tanto: sperimentare soprattutto nuove formulazioni alimentari con l'olio extra vergine di oliva protagonista di primo piano. L'olio, ma anche tutti gli altri condimenti, debbono tutti insieme assumere il ruolo di ingrediente importante, e non essere confinati nell'ambito di alimenti marginali sui quali sorvolare come è avvenuto finora.*

- **Ascoltando un tuo intervento, ricordo un concetto che sottolineavi spesso: "Gli Oli di Oliva considerati come veri e propri presidi di medicina preventiva". A questo punto mi sorge spontanea la domanda: "Posologia e modalità d'uso?"**

Sì, sono "presidi di medicina preventiva", perché nessun alimento può guarire, ma può senza dubbio contribuire a migliorare il nostro stato di salute.

– *Posologia*: sempre, tutti i giorni, senza saltarne uno. L'olio ricavato dalle olive contribuisce a migliorare la percezione delle altre materie prime, ed è anche un veicolo sano di sapori.

– *Le modalità d'uso*: con moderazione, sempre, perché anche i grassi migliori restano comunque grassi, e non si può eccedere. Per questo, con oli di alta qualità si ottiene un alto effetto condente e, di conseguenza, ne deriva anche la

necessità di utilizzarne ogni volta un poco, la quantità giusta, finalizzata a insaporire e rendere più edibile e gustoso il cibo.

- **Spremitura a caldo, a freddo, prima spremitura... Ci chiarisci questi concetti?**

*Esiste soltanto un'unica spremitura, oggi, con le nuove tecnologie; e nonostante un regolamento comunitario permetta di riportare in etichetta le diciture "spremitura a freddo" (per gli oli ottenuti con macine e presse) ed "estratti a freddo" (per gli oli ricavati da tecnologie estrattive più moderne, tramite centrifughe) in realtà non esiste più una estrazione a caldo. Sono terminologie che resistono nell'immaginario, ma non più aderenti alla realtà.*

- **Visto che l'Italiano medio si approvvigiona direttamente dallo scaffale del supermercato, quale consiglio ti senti di dare per una scelta consapevole?**

Il miglior consiglio è di *andare direttamente dai produttori*. Almeno quando siamo in vacanza e possiamo incontrarli direttamente presso le aziende sarebbe un bel gesto di solidarietà. Se non si garantisce una sopravvivenza agli olivicoltori, crolla tutto il sistema. Nel caso delle famiglie, sarebbe il caso di portare con sé i bambini, così da metterli in contatto diretto con la realtà.

Poi, altro consiglio, visto che la maggioranza dei consumatori acquista in gran parte nei supermercati, meglio non assecondare gli istinti peggiori affidandosi al sottocosto: oltre che immorale, il sottocosto può nascondere inganni. Ciò non significa che certi prezzi bassi non siano giustificati, se provengono dall'estero, dove i costi di produzione sono inferiori, ma va detto che la migliore scelta è posizionarsi preferibilmente sui prodotti così detti "premium", di fascia medio alta. In fondo si tratta di utilizzarne poco, e quel poco di grasso deve essere necessariamente il migliore.

**• Come valuti la comunicazione specialistica sugli oli in Italia?**

La comunicazione specializzata in materia di olio potrei anche valutarla bene, ma di fatto non esiste. Siamo purtroppo carenti in comunicazione, e spesso a fare comunicazione non sono i comunicatori veri, i professionisti, ma soggetti improvvisati che credono basti solo metter in fila una serie di parole e investire danaro per comunicare. C'è da dire che la stampa generalista si ferma solo in superficie e si limita a pubblicare i comunicati stampa, quindi notizie costruite a immagine e somiglianza di chi non sa comunicare. Siamo perciò molto indietro in materia di comunicazione dell'olio e di ciò che vi ruota attorno. E' una grave carenza culturale che meriterebbe di essere colmata.

**• L'olio migliora con l'invecchiamento?**

No, la vita dell'olio è breve. Più alta è la qualità, e meglio si conservano gli oli, più se ne allunga la vita. Pensare a oli d'invecchiamento è un errore.

**• A differenza dei corsi di assaggiatore di vino, quelli degli oli non sono ancora diffusi quanto dovrebbero. Secondo te qual è la causa?**

In realtà sono diffusi. Più che altro si svolgono a macchia di leopardo e non ci si rende conto dell'incidenza di quanti corsi di assaggio si svolgano in Italia. Manca sicuramente un atteggiamento analogo ai sommeliers, propenso a educare all'analisi sensoriale degli oli anche la gente comune, gli appassionati. Il problema semmai è che vi sono associazioni di produttori finanziate dall'Unione europea e che svolgono l'attività di organizzazione di corsi, penalizzando così le vere scuole di assaggio. Ciò determina uno squilibrio e le conseguenze sono le si notano nei pochi corsi per appassionati.

**▪ Qual è il ruolo degli oli in cucina?**

Accompagnare tutti, o quasi, gli altri ingredienti, amalgamandoli. I grassi sono veicolatori di sapori e anche di sostanze nutritive e caloriche. L'olio ha inoltre una funzione plastificante e di attenuatore del gusto salato, ma anche una funzione antiaderente e insieme lubrificante, oltre alla funzione di rosolare e di esercitare un effetto anti indurimento nei prodotti da forno.

**▪ Adoro intingere il pane nell'olio... Qual è il modo corretto di assaggiarlo per valutarne la qualità?**

Attraverso l'assaggio dell'olio direttamente nel bicchiere. L'olio con il pane lo si gusta, ma nel bicchiere lo si degusta per valutarne tutta la bontà.

**▪ E ora per finire che ne dici di consigliarmi una ricetta "oleosa"?**

Le ricette sono tante, e ognuno ha la sua ricetta del cuore. Ora, se dovessi dirne una soltanto, tornerei alla semplicità assoluta. Da salentino quale sono, anche se vivo ormai dal 1984 a Milano, dico la frisella, ovvero questo pane biscottato in forno bagnato per poche decine di secondi in acqua, quindi ricoperto di pomodori tagliati a tocchi, su cui si versa sale, origano e olio. Si potrebbe aggiungere di tutto: rucola, cipolla, capperi... Credo che occorra partire dalla semplicità per trarre il massimo beneficio.