

Vino e olio nell'antichità



IL VINO

La parola è antichissima e la sua etimologia è incerta tra:

- una radice del sanscrito “*venas*” (piacevole) o “*vi*” (attorcigliarsi)
- l'antico ebraico “*iin*”, che attraverso il greco “*oinos*” sarebbe arrivata ai latini.

Il biblico Noè portò dal mondo antidiluviano varie specie animali e vegetali e, tra queste ultime, i tralci di vite da trapiantare e non i vinaccioli da seminare, dimostrando di essere un esperto viticoltore.



Il vino comparve in Sicilia intorno al 2000 a. C. ad opera dei Fenici, con nuove qualità di *Vitis vinifera sativa*.

L'uva era già presente sul territorio italiano ma non si può parlare ancora propriamente di viticoltura che, invece, era praticata in Grecia, soprattutto quella meridionale, dove vi fu una vera e propria fioritura del vino.

Gli Etruschi diedero un ulteriore impulso alla diffusione della vinificazione in Etruria e nei territori conquistati.



Greci ed Etruschi, rappresentanti di due diverse civiltà del vino, proposero due differenti modi di intendere la viticoltura:

Greci

- Civiltà meridionale più antica e progredita, con clima caldo
- Piccole piante regolarmente potate (“alberello basso”)
- Grappoli vendemmiati a **settembre** e pigiati dai *calcatores* in vasche di muratura
- Fermentazione del succo in grossi vasi di terracotta, i *dolium*, di circa 10 hl. (età della **terracotta**)



Etruschi

- Civiltà settentrionale, sviluppatasi posteriormente, a clima più freddo
- Vite rampicante associata ad alberi di medio e alto fusto
- Vendemmia a **ottobre**
- Fermentazione inibita dal freddo: succo e bucce venivano fatti macerare assieme, per arricchire il mosto di lieviti.
- Recipiente usato: *tino* (età del **legno**)



Presso i Romani, i vini destinati all'invecchiamento erano...

- portati in un locale, l'*apotheca*, situato sopra le cucine e i bagni in modo che il fumo e il calore ne accelerassero la stagionatura
- esposti al sole

Quando maturi, ricoverati in un locale generalmente fresco, il *tabulatum* in recipienti di circa 30 l, le *anfore*, su cui venivano riportati l'annata, il nome del vino e del produttore. Le anfore impiegate per il trasporto marittimo erano sigillate con sughero o coperchi di cotto saldati con la pece. L'invecchiamento durava lunghissimi anni.

Esistevano diverse pratiche per migliorare i mosti. Si aggiungevano:

- polvere di marmo per togliere l'asprezza
- argilla, albume d'uovo o latte di capra per chiarificarlo
- miele per renderlo più forte e per inibire la degradazione ad aceto
- resine, pece e mirra per renderlo più aromatico

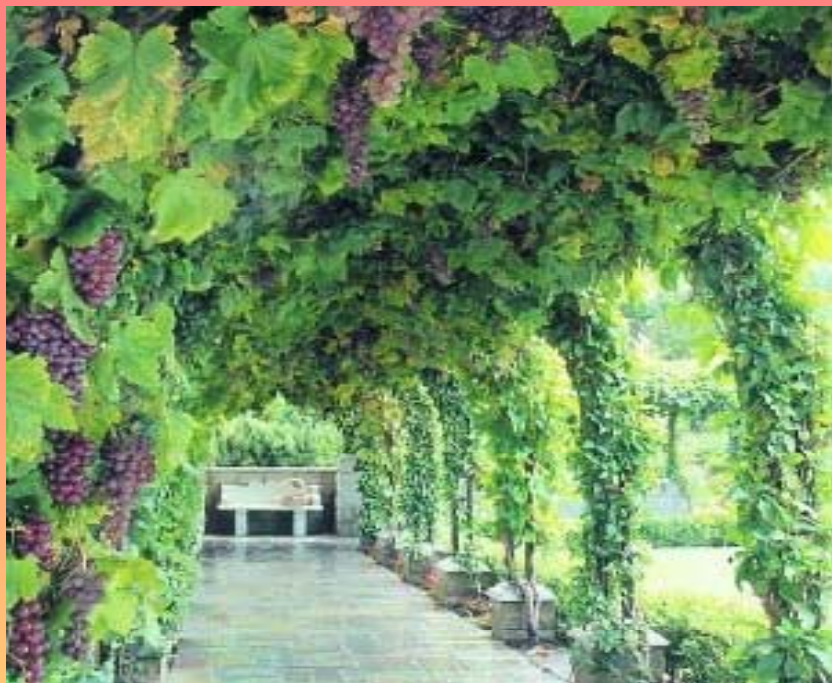
Alla decadenza dell'Impero Romano e nell'alto Medioevo la cultura della vite subì un inevitabile declino.

Solo la Chiesa cristiana seppe salvare la cultura enoica grazie alla sua organizzazione efficiente.

- Nei monasteri, protetti da un muro di cinta, venivano coltivati ortaggi e vitigni.
- La religione cristiana adottò il vino nelle pratiche di culto, quindi il fabbisogno di vino era notevole per la diffusa abitudine della comunione in forma originaria.
- Con il diffondersi delle vigne e delle tecniche viticole, all'*ora et labora* si sostituì un consumo esagerato di vino, punito con la scomunica papale.



- La vigna era simbolo di ricchezza, di ordine sociale e d'italianità.
- Tra i sovrani che si occuparono della difesa della produzione viticola, ricordiamo Rotari, con l'Editto del 643, Carlo Magno e Federico II.



Nell'Età Comunale il consumo di vino cominciò a diffondersi a partire dai servi dei signori, come forma di pagamento o anche come “mancia”.

La diffusione sempre maggiore del vino e la non conoscenza delle sue caratteristiche determinò la produzione di vino scadente, che i tavernieri vendevano ai clienti più sprovveduti.



Nel basso Medioevo arrivò nella penisola il “vino greco”, dolce, di buona alcolicità, ottenuto con uve Moscato o Malvasia dell'isola di Cipro. Il bere dolce divenne una moda tra i ricchi e, per accontentarli, i vignaioli interrompevano la fermentazione in modo che non tutto lo zucchero si trasformasse in alcol.

Vini medievali più conosciuti:

- Vino delle Cinque Terre
- Vernaccia di San Gimignano
- Greco prodotto nel Lazio
- Moscato e Malvasia prodotto nelle isole di Lipari
- i vini prodotti nella Valtellina e a Montepulciano



L'età del **vetro** del vino si ha a partire dal Cinquecento, con una maggiore conoscenza della vite, grazie alla stampa. In Italia si cominciò a produrre vini speciali, liquorosi o aromatici, come il *Vermouth*.

Le vere rivoluzioni enologiche sono state:

- l'impiego della **bottiglia di vetro**
- la **pastorizzazione** (procedimento che tende a stabilizzare il vino destinato ad un consumo di massa dal punto di vista enzimatico e biologico)

L'OLIO D'OLIVA

L'oliva è l'unico frutto che permette di ottenere un olio con la sola spremitura senza interventi chimici.

L'olio d'oliva non solo aggiunge gusto e sapore a qualsiasi piatto, ma racchiude un patrimonio di sostanze necessarie per contrastare gli attacchi dei veleni che provengono dal degrado ambientale in cui viviamo oggi, donando salute, bellezza e longevità.



L'olivo era conosciuta da popoli semitici come gli Armeni e gli Egiziani, mentre gli Assiri e i Babilonesi che ignoravano questa pianta e i suoi frutti, usavano solo l'olio di sesamo.



Anche nell'Antico Testamento l'olivo e l'olio d'oliva sono spesso nominati: basti pensare che la colomba dell'arca portò a Noè un ramo d'olivo.

Sembra che la trasformazione dell'olivo selvatico in olivo domestico sia stata opera di popolazioni siriane. L'uso di coltivare l'olivo passò dall'Asia Minore in Grecia: nell'Odissea, Ulisse aveva intagliato il suo letto nuziale in un enorme tronco di olivo.

L'Attica era particolarmente ricca di oliveti: l'olivo era la pianta sacra di Atena. In suo onore si celebrano le feste dette *Panatenee*, durante le quali ai vincitori venivano donate anfore piene d'olio raffinato.



L'olio attico era considerato tra i migliori.

Si apprezzavano molto anche gli olii di Sicione, Samo, Cirene e Cipro.

Le zone della Magna Grecia dove più florida era la coltura dell'olivo erano Sibari e Taranto; in Italia si segnalavano le coste della Liguria.

Nel mondo romano non si usava altro condimento per cucinare, e per condire le verdure si utilizzava l'olio migliore:

- rinomati erano l'olio verde di Venafro e quello della Liburnia in Istria



- pessimo era considerato l'olio africano, usato esclusivamente per l'illuminazione.

Furono i Romani a perfezionare la lavorazione e il commercio dell'olio.

La cucina, i bagni, i giochi, i ginnasi e persino i funerali esigevano l'impiego di grandi quantità di olio.

Le evidenze linguistiche, letterarie ed archeologiche confermano che fra l'VIII e il VII sec. a.C. non solo la coltivazione dell'olivo era praticata, ma esistevano colture organizzate che permisero presto la formazione di un surplus destinato agli scambi.

A Roma esisteva una vera e propria "borsa" dell'olio : nelle botteghe circostanti il Foro si potevano trovare cinque tipi differenti di olio secondo il grado di maturazione e la qualità delle olive da cui erano stati estratti.

Dopo la caduta dell'Impero Romano la cultura dell'olio rischiò di essere dimenticata.

Furono i benedettini a salvare la millenaria tradizione dell'olio d'oliva. Nei loro monasteri continuarono a produrlo, nonostante i Longobardi, i nuovi padroni del Nord, preferissero condire i loro piatti con il burro.



La coltivazione degli olivi riprese pieno vigore nel Rinascimento a partire dalla Toscana.

Come è noto, gli oli migliori sono quelli di frantoio, denominati "vergini", ottenuti cioè con la sola spremitura delle olive. Ma l'olio deve essere, ed è fondamentale, un **extravergine**.

- I sistemi di raccolta delle olive incidono in modo determinante sulla qualità dell'olio che ne deriva, tanto che oggi per raccogliere le olive di qualità si usano 2 metodi (*brucatura a mano* o *abbacchiatura e scuotimento*) se si vuole ottenere olio di gusto delicato e non acido. La *raccolta a terra* infatti ammacca le olive esponendole al marciume e all'acidità.

- Quanto alla spremitura, è da preferire *l'olio extravergine d'oliva*: un olio di oliva di categoria superiore ottenuto direttamente dalle olive e unicamente mediante procedimenti meccanici. È di gusto assolutamente perfetto. L'acidità di quest'olio **non** può essere superiore allo 0,8%.

Sulle proprietà benefiche dell'olio di oliva, sia in campo alimentare, sia in quello cosmetico, sono state condotte innumerevoli ricerche che ne dimostrano la sua straordinaria versatilità.



Ma che cosa contiene?

- ◆ L'olio d'oliva è composto principalmente dall'acido oleico, monoinsaturo e da una limitata quantità di acidi grassi polinsaturi (linoleico e linolenico) che vengono detti “essenziali”.



- ◆ Rispetto ad altri oli a contenuto di grassi saturi più elevato, l'olio d'oliva facilita maggiormente l'assimilazione delle vitamine solubili nei grassi, come la A, la E e la D.

- ◆ Piccole quantità di altre sostanze: **cere, vitamine, fenoli**, pigmenti naturali (**clorofilla e carotenoidi**) danno all'olio di oliva il suo inconfondibile sapore e gli conferiscono le sue straordinarie proprietà rigeneranti e curative.
- ◆ A differenza degli oli di semi, l'olio extravergine d'oliva contiene una dose elevata di *vitamina E*, necessaria all'organismo perché permette di utilizzare l'acido linoleico per la difesa immunitaria e contro l'invecchiamento cellulare. Inoltre, più di qualsiasi alimento vegetale, l'olio d'oliva possiede la *vitamina A*, benefica per la vista e utile per il corretto funzionamento del fegato e della tiroide.

Infine, è stato provato scientificamente che l'olio extravergine d'oliva consumato con misura:

- Promuove la longevità ed è utile in tutti i casi di stress ossidativi
- Contribuisce in modo significativo a prevenire il cancro
- Agisce positivamente sul cuore e sulla circolazione e regola la pressione
- Aiuta a tenere sotto controllo il colesterolo
- Contribuisce a mantenere bassi i livelli di zuccheri nel sangue dei diabetici



- Svolge un'azione benefica sulla cistifellea
- É importante nella prevenzione dell'artrite reumatoide
- Ostacola l'osteoporosi
- É un efficace antinfiammatorio
- Protegge la pelle

Realizzazione
a cura di

Haile Isabelle
Valeanu Catalina Cornelia

VF - L.S.S. "Francesco d'Assisi" - Roma