Progetto BimbOil Junior – Olio in cattedra

Realizzato dagli alunni dell'I.C. S@MNIUM di Pontelandolfo

Classe 2^A della Scuola Secondaria di 1° Grado di Pontelandolfo

Anno Scolastico 2022/2023

Buongiorno,

DA RADIO EVO Pontelandolfo il ***PODCAST*** " L' olio tra sostenibilità e benessere"

PRESENTATORE Sono Matteo Forgione e sono qui per parlare di olivi e olio.

Con me gli esperti Ariele Velardo dottore in agraria, Gabriele Perugini docente di archeobotanica, Michele Perugini dottore in scienze degli alimenti, esperto di salute e benessere e Francesco Romanello tecnologo alimentare.

Da dove iniziare? Naturalmente dalla descrizione del nostro territorio. Da sempre olivi e olio appartengono al patrimonio paesaggistico di Pontelandolfo e ne esaltano la bellezza e l'eccellenza. Dai nostri oliveti, condotti con metodi tradizionali, si produce un ottimo extravergine di oliva.

Tante sono le leggende sulla origine dell'olivo….la nostra ascoltatrice Alessia ci propone un mito greco che riguarda la sua nascita.

ALESSIA – Era sorto tra Atena e Poseidone un dissidio per il predominio della regione Attica. Non essendo stato possibile arrivare ad un accordo, si rivolsero al giudizio di Zeus che decise di assegnare il possesso di tutta l'Attica a chi dei due avesse saputo creare la cosa più utile all'umanità.

Poseidone creò il cavallo, animale magnifico mai visto prima. Atena, invece, colpì una roccia con la sua lancia e fece nascere dalla terra il primo albero di olivo. I suoi frutti sarebbero stati in grado di illuminare la notte, medicare le ferite, offrire nutrimento, forza e salute alla popolazione. Zeus scelse l'invenzione più utile

agli uomini. Atena divenne così la padrona dell'Attica, protettrice di Atene e l'olivo da lei piantato divenne simbolo di pace, prosperità e assunse carattere sacro.

PRESENTATORE - Grazie Alessia…..diamo la parola ad un altro ascoltatore Anthony

ANTHONY – Buongiorno, da noi si dice che mai si deve distruggere un olivo. D'altra parte sono alberi bellissimi…spesso mi fermo a guardarli, così maestosi con tronchi ampi e nodosi. Sono alberi che possono vivere per tanti anni….chissà quanti segreti hanno udito e quante storie hanno visto. A volte vorrei essere come loro, capaci di resistere alle avversità e capaci di adattarsi a condizioni difficili!

PRESENTATORE – Sentiamo il parere del nostro agronomo…

AGRONOMO – In effetti l'olivo ha un tipo di coltivazione adatto ai contesti ambientali difficili, è quindi in grado di recuperare territori

soggetti ad abbandono, perché ritenuti poco produttivi. L'olivo è la risposta al riscaldamento globale, infatti è particolarmente efficace nel sequestro di CO_2. Dà riparo a una grande quantità di insetti, mammiferi, uccelli, aumentando le specie animali sul territorio, contribuendo in questo modo al mantenimento della biodiversità. Come tutti gli alberi poi produce ossigeno, protegge il suolo dalle erosioni, pulisce l'aria….passeggiare tra gli olivi fa bene alla mente e al fisico. Nelle giornate calde dona refrigerio e riposo.

PRESENTATORE – Diamo la parola al dottore Perugini Gabriele

PERUGINI Gabriele – L'olivo è un albero davvero speciale, di esso ne troviamo traccia in opere come l'odissea di Omero, le georgiche di Virgilio….

In Campania l'introduzione della sua coltivazione risale ai greci e ai fenici, che diffusero l'uso dell'olio come condimento e come componente di profumi e unguenti. Gli atleti si ungevano il corpo prima di combattere per evidenziare la loro perfezione estetica….i vincitori dei giochi olimpici ricevevano come premio una corona fatta di olivo e anfore piene di olio ritenuto prodotto assai prezioso. Furono i romani ad estendere la coltivazione in tutta la regione, soprattutto nei territori beneventani, come documentano i tanti reperti conservati nei vari musei della nostra provincia.

PRESENTATORE – Ringraziamo il dottore Perugini Gabriele e diamo la parola al nostro esperto in salute e benessere

ESPERTO SALUTE E BENESSERE - L'olio di oliva è uno degli alimenti più prodigiosi che la natura offre. Tanti sono i suoi benefici dimostrati dai moderni studi di medicina:

- Migliora la salute cardiovascolare, infatti ha la capacità di aumentare i livelli di colesterolo buono e ridurre la presenza di colesterolo cattivo
- Fa bene al fegato e alla cistifellea
- Migliora la salute digestiva
- Riduce il rischio di soffrire di diabete
- Riduce l'infiammazione
- Previene gli ictus
- Migliora l'assorbimento del calcio, del magnesio, dello zinco, tre minerali essenziali per preservare la densità ossea.

PRESENTATORE - Ascoltiamo ora il messaggio della signora Pina che ci spiega come usavano l'olio i nostri nonni

SIGNORA PINA - Io volevo semplicemente dire che noi abbiamo da sempre usato in cucina l'olio dei nostri oliveti per condire, per friggere, per conservare formaggi, salumi, verdure. Ai miei tempi non esistevano creme, quindi noi ragazze lo usavamo per idratare la pelle e per nutrire i capelli. L'olio veniva utilizzato anche per proteggerci dal malocchio e, poiché non si buttava nulla, anche con l'olio andato a male o usato per le fritture, si preparava dell'ottimo sapone. Eravamo molto attenti a preservare i contenitori di olio dalla luce, dall'umidità e dalle temperature troppo alte o troppo basse.

PRESENTATORE – Ringraziamo nonna Pina e chiediamo al dott. Romanello se vuole aggiungere qualcosa a quanto è stato detto.

TECNOLOGO – I consigli della nonna sulla conservazione dell'olio sono corretti. Io aggiungerei che i contenitori migliori per conservare l'olio sono le bottiglie di vetro scuro o le botti di acciaio. Daremo così anche un contributo all'ambiente poiché questi sono

materiali riciclabili infinite volte. Vorrei anche ricordare che è preferibile consumare l'olio evo entro 15/18 mesi dalla sua estrazione, per mantenere inalterate le proprietà nutritive di cui abbiamo parlato e….. come ricorda un vecchio detto popolare " olio nuovo e vino vecchio"!

PRESENTATORE – Con questo proverbio concludiamo la nostra puntata. Grazie a tutti coloro che hanno partecipato.