

Italia da scoprire

L'olio d'oliva

È novembre e, in tutta Italia, ci sono moltissime feste e sagre su un alimento molto importante: l'olio d'oliva.

L'olio di oliva è un ingrediente molto importante della cucina italiana: ha un buon profumo, un buon sapore e... fa bene alla salute. Usato crudo e nella giusta quantità, fa bene al cuore, al sangue e alle cellule del corpo umano. In media, ogni italiano consuma 12 chili di olio l'anno. È possibile cambiare olio quasi ogni giorno dell'anno: infatti, ci sono circa 350 tipi di ulivi diversi in Italia.

Curiosità

- La produzione di olio in Italia è iniziata 2.500 anni fa.
- La pianta dell'ulivo si trova in tutta Italia, tranne in Piemonte e Val d'Aosta.
- A Roma il monte Testaccio è fatto di resti di vasi per l'olio dell'antica Roma.

La ricetta • La bruschetta

In Toscana si chiama *fettunta*, in altre regioni *panunto*, ma il significato è sempre lo stesso: pane e olio. Si tratta infatti di una fetta di pane ben scaldato

("bruscato") nel forno o su una padella. Sul pane strofini uno spicchio d'aglio, metti un po' di olio di oliva, sale, pepe e... buon appetito.

www.frantoiinfesta.it