



OLIVENÖLE AUS  
**SPANIEN**



CAMPAIGN FINANCED  
WITH AID FROM  
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE RESPECT  
FOR THE ENVIRONMENT.



Geheimnis gelüftet:

## **So sorgt Olivenöl für mediterranes Flair in der Sommerküche**

Blattsalate, leichte Gemüsegerichte, Leckerer vom Grill – das ist der Sommer! Für den guten Geschmack sind Dressing, Dips & Saucen unverzichtbar. Wie diese am besten gelingen, verrät ein Blick in die mediterrane Küche: Nicht nur die Wahl des richtigen Olivenöls ist entscheidend – man muss auch wissen, was bei der Verwendung des flüssigen Goldes zu beachten ist.

Jedes europäische Olivenöl hat seinen ganz eigenen Charakter. Denn der Geschmack der Öle wird durch die verwendeten Olivensorten, das Anbaugebiet und der Reifegrad der Früchte geprägt. Allein in Spanien, dem weltweit größten Olivenölerzeuger, wachsen über 200 verschiedene Olivensorten, die alle eine individuelle Aromatik aufweisen.

### **Vor Licht schützen**

Als kostbares Naturprodukt kann Olivenöl allerdings nur dann seinen Charakter bewahren, wenn es richtig gelagert wird. Als ständiger Begleiter steht es im Süden Europas auf jedem Tisch. Denn insbesondere natives Olivenöl extra ist empfindlich und sollte vor Licht geschützt werden. Daher wird es üblicherweise in dunklen Flaschen abgefüllt.

### **Geöffnete Flaschen zügig verbrauchen**

Ungeöffnet ist eine Flasche Olivenöl mindestens ein Jahr lang haltbar. Ist die Flasche einmal offen, nehmen Geschmack und Aromen langsam ab, denn das Olivenöl beginnt zu oxidieren. Dieser Prozess ist unvermeidlich, lässt sich aber verlangsamen, indem die Flasche stets wieder gut verschlossen kühl und dunkel aufbewahrt wird.

### **Was das Etikett verrät**

Beim Kauf von Olivenöl ist es klug, das Etikett genau zu lesen. So werden natives Olivenöl extra und natives Olivenöl aus qualitativ erstklassigen Oliven durch mechanische Verfahren gewonnen. Außerdem sind dort Erntedatum und Herkunftsbezeichnung angegeben. Häufig gibt ein Gütesiegel wichtige Hinweise auf neutral geprüfte Qualität des Öls. Denn die Qualität Europäischer Olivenöle spiegelt sich in internationalen Auszeichnungen wider. So stammten 18 natives Olivenöle extra, die 2020/2021 zu den Top 25 „World's Best Olive Oils“ zählten, aus Europa. Die Top 10 belegen ausschließlich Olivenöle aus Spanien.

*LASST UNS GEMEINSAM KOCHEN. MIT EUROPÄISCHEM OLIVENÖL WIRD ALLES BESSER.  
[www.oliveoilworldtour.de](http://www.oliveoilworldtour.de)  
MIT OLIVENÖLEN AUS SPANIEN DEN TIEF VERWURZELTEN, GESUNDEN UND NATÜRLICHEN  
LEBENSSTIL ENTDECKEN.*



OLIVENÖLE AUS  
**SPANIEN**



CAMPAIGN FINANCED  
WITH AID FROM  
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE RESPECT  
FOR THE ENVIRONMENT.



## **Sortenvielfalt von fruchtig bis intensiv**

Die Auswahl der richtigen Sorte ist eine Frage des persönlichen Geschmacks. Wer es eher nuanciert oder fruchtig mag, greift zu Olivensorten wie Arbequina, Empeltre oder Cacereña. Diese Olivenöle harmonieren besonders mit leichtem Fisch, Gemüse und sogar Desserts. Wer eher zu einem intensiven Geschmack tendiert, sollte zu Ölen aus den Olivensorten Picual oder Hojiblanca greifen. Diese passen ideal zu fettreichem Fisch, Salat oder Fleisch.

## **Was bedeutet die Farbe?**

Die Farbe ist eine der augenfälligsten Merkmale von Olivenöl. Tatsächlich sagt diese aber wenig über den Geschmack oder die Qualität aus. Je nach Olivensorte variiert die Farbe von hellem Gelb bis hin zu intensivem Grün.

## **Bitternote und Säuregehalt**

Bitterkeit ist ein positives Qualitätsmerkmal von Olivenöl und in unterschiedlicher Ausprägung bei den besten nativen Ölen zu finden. Das gleiche gilt für die pfeffrige Note, die manche Öle aufweisen. Natives Olivenöl extra darf einen Säuregehalt von 0,8% Säure nicht überschreiten. Bei nativem Olivenöl muss der Wert unter 2% liegen.

## **Täglicher Begleiter**

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) gibt als Orientierungswert einen täglichen Konsum von 10 bis 15 g Öl an und weist ausdrücklich darauf hin, dass pflanzliche Öle wie Olivenöl eine günstige Nährwertzusammensetzung aufweisen. Die Europäische Union empfiehlt sogar, täglich mindestens 20g natives Olivenöl extra oder natives Olivenöl zu sich zu nehmen, um von der antioxidativen Wirkung der in diesen Ölen enthaltenen Polyphenole zu profitieren.

## **Für alle Zubereitungsarten geeignet**

Olivenöl ist die perfekte Wahl für alle Rezepte, denn es eignet sich für alle Zubereitungsarten und sorgt mit seiner großen Bandbreite an Geschmack und Aromen für Abwechslung in der Küche. Ob in kalten oder warmen Gerichten – Olivenöl sorgt grade in der sommerlichen Küche für mediterranes Flair.

LASST UNS GEMEINSAM KOCHEN. MIT EUROPÄISCHEM OLIVENÖL WIRD ALLES BESSER.  
[www.oliveoilworldtour.de](http://www.oliveoilworldtour.de)  
MIT OLIVENÖLEN AUS SPANIEN DEN TIEF VERWURZELTEN, GESUNDEN UND NATÜRLICHEN  
LEBENSSTIL ENTDECKEN.



OLIVENÖLE AUS  
**SPANIEN**



CAMPAIGN FINANCED  
WITH AID FROM  
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE RESPECT  
FOR THE ENVIRONMENT.



### Über die Olive Oil World Tour

Die Olive Oil World Tour ist eine Kampagne, die vom Verband der Olivenöle aus Spanien und der Europäischen Union ins Leben gerufen wurde, um europäische Olivenöle auf verschiedenen Märkten zu bewerben. Diese Kampagne wurde bereits auf drei Kontinenten gemeinsam durchgeführt: Europa, Asien und Amerika. Nun kommt sie nach Deutschland und hat eine Laufzeit von drei Jahren, um deutsche Verbraucher anzusprechen, die auf Lebensmittel setzen, welche für gesunde Ernährung, Lebensmittelsicherheit und Nachhaltigkeit stehen. Denn Europäisches Olivenöl ist eines dieser pflanzlichen Produkte, die zur Erhöhung der Artenvielfalt beitragen und alle Anforderungen erfüllen, um als umweltfreundliches Produkt zu gelten, das zur nachhaltigen Landwirtschaft und zur Erreichung des Green Deal beiträgt.

In den nächsten drei Jahren wird die Olive Oil World Tour zahlreiche Kommunikationsmaßnahmen umsetzen. Dazu zählen der Aufbau einer deutschen Website, Social Media- und Influencer-Aktivitäten, kontinuierliche Pressearbeit, Live-Aktionen in U- und S-Bahnen, Out-of-Home-Werbung an frequentierten U-Bahnhöfen in deutschen Städten wie Hamburg, Berlin und München sowie klassische Werbung.

### Über Olivenöle aus Spanien

„Olivenöle aus Spanien“ ist die Marke des spanischen Olivenölverbandes, einer gemeinnützigen Organisation, die von allen repräsentativen Verbänden des spanischen Olivenölsektors gegründet wurde und deren Hauptziel die internationale Verbreitung des gesunden Produkts ist. Dabei soll die "Olive Oil World Tour" mehr Geschmack in die Welt bringen. Die Kampagne fordert die Verbraucher auf, sich der europäischen Lebensweise anzuschließen: "Join the European Healthy Lifestyle with Olive Oils from Spain".

Weitere Informationen finden Sie unter [www.oliveoilworldtour.de](http://www.oliveoilworldtour.de) oder Sie scannen den folgenden QR-Code:



*Der Inhalt dieser Werbekampagne gibt ausschließlich die Meinung des Autors wieder und liegt in dessen alleiniger Verantwortung. Die Europäische Kommission und die Exekutivagentur für Verbraucher, Gesundheit, Landwirtschaft und Lebensmittel (CHAFEA) übernehmen keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.*

LÄSST UNS GEMEINSAM KOCHEN. MIT EUROPÄISCHEM OLIVENÖL WIRD ALLES BESSER.  
[www.oliveoilworldtour.de](http://www.oliveoilworldtour.de)  
MIT OLIVENÖLEN AUS SPANIEN DEN TIEF VERWURZELTEN, GESUNDEN UND NATÜRLICHEN  
LEBENSSTIL ENTDECKEN.