

Emmanuelle DECHELETTE • Leila MAKKE



L'HUILE D'OLIVE,
HISTOIRES D'HOMMES &
RECETTES DE GRANDS CHEFS

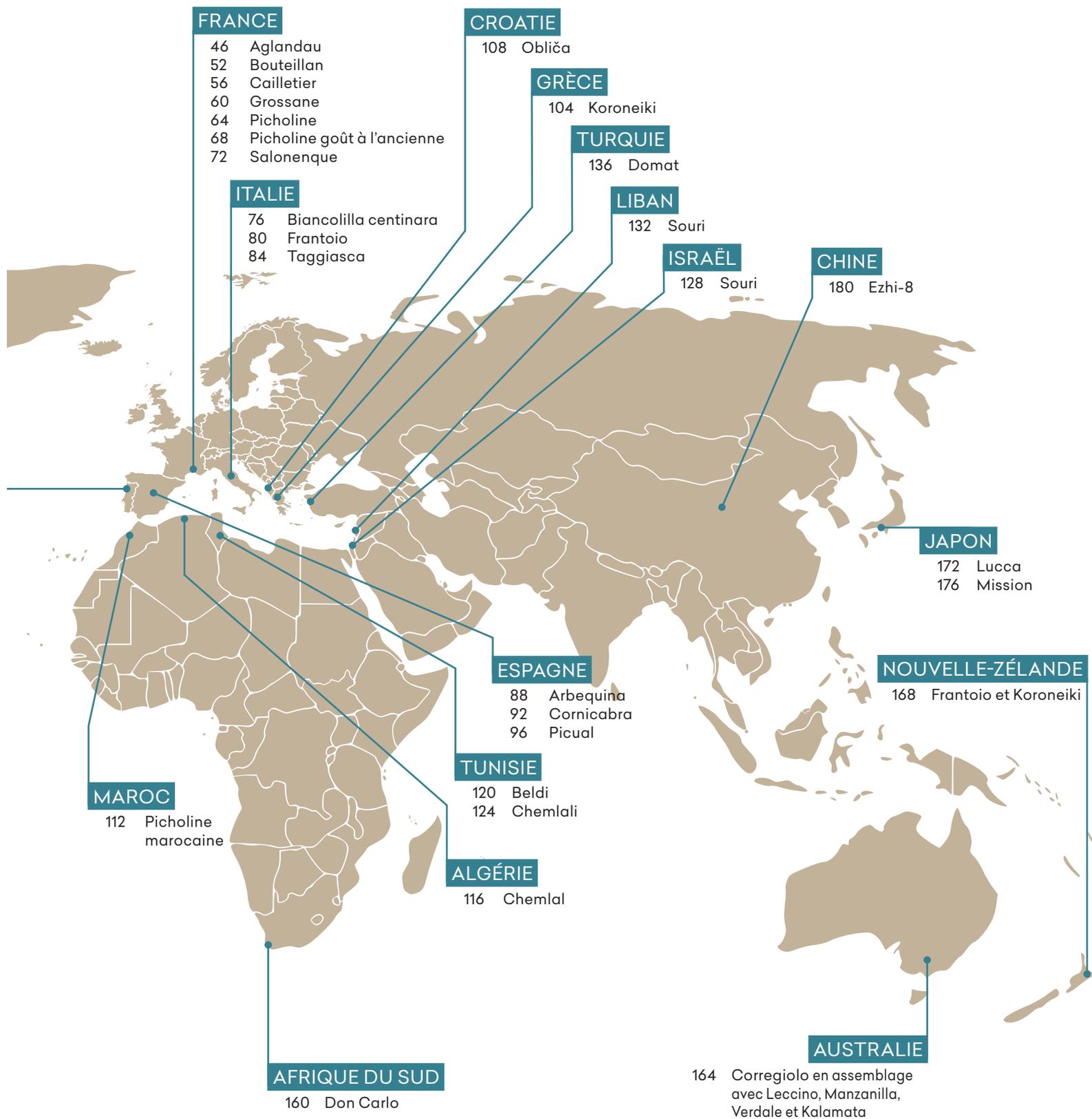


DUNOD

Les variétés d'olive dans le monde

Préface.....	6
Introduction.....	7
Liste des recettes.....	10
Une brève histoire de l'huile d'olive.....	14
La symbolique de l'olivier.....	17
Consommez de l'huile d'olive, vous préserverez l'environnement!.....	20
Un monde de variétés.....	24
L'huile d'olive vierge extra et la santé.....	26
Comprendre l'étiquette pour bien choisir son huile.....	28
Comment acheter son huile d'olive (lorsque l'on ne peut pas la goûter)?.....	30
Cuisiner (à) l'huile d'olive: de la chimie à l'alchimie.....	32
Oliviary: un système infographique pour les qualités sensorielles de l'huile d'olive vierge extra.....	36
La conquête de l'huile d'olive vierge extra (Non ce n'était pas mieux avant).....	38
Apprendre à déguster l'huile d'olive.....	40
Glossaire.....	186
Adresses.....	189
Crédits photographiques.....	191
Remerciements.....	192







ITALIE

Biancolilla centinara

Passionément

La Biancolilla centinara fut découverte par le botaniste Pasquale Marino lors de recherches universitaires sur la préservation des arbres fruitiers en Sicile. Son fruit est de forme elliptique et asymétrique. Durant la véraison, sa couleur tourne du vert au violet, avec de petites taches sombres. Elle est produite en exclusivité par Bona Furtuna dans sa ferme organique située dans l'arrière-pays sicilien, à 8 km de la ville de Corleone, au pied du mont Barraù.

..... La réalisation d'une promesse d'enfant

Enfant, Steve Luczo passait des moments privilégiés avec sa grand-mère Rose, qui lui contait des récits merveilleux et nostalgiques de sa ville natale de Corleone en Sicile. À l'âge de 8 ans, Steve se fait la promesse de retrouver un jour ce paradis terrestre. Quarante-cinq ans plus tard et à la tête de Seagate Technology, le spécialiste américain du stockage de données technologiques, Steve Luczo n'a pas oublié sa promesse de petit garçon. Ses recherches vont durer deux ans. En 2008, le terrain sur lequel se trouvent les fondations de la maison de Rose est géolocalisé et en 2009, il acquiert la propriété. Cette quête est en quelque sorte l'acte de naissance de Bona Furtuna. « *Bona fortuna* », ce sont les paroles du grand-père de Steve quand ils se séparaient. Aujourd'hui, le domaine s'étend sur 300 hectares. Quarante hectares sont dédiés aux oliviers qui poussent sur deux substrats de calcaire et de grès rouge, séparés par les torrents du fleuve Giardinello. Le terrain est aussi utilisé pour la culture de végétaux et de plantes médicinales qui cohabitent avec des plantes sauvages comme l'origan.



Notes de dégustation

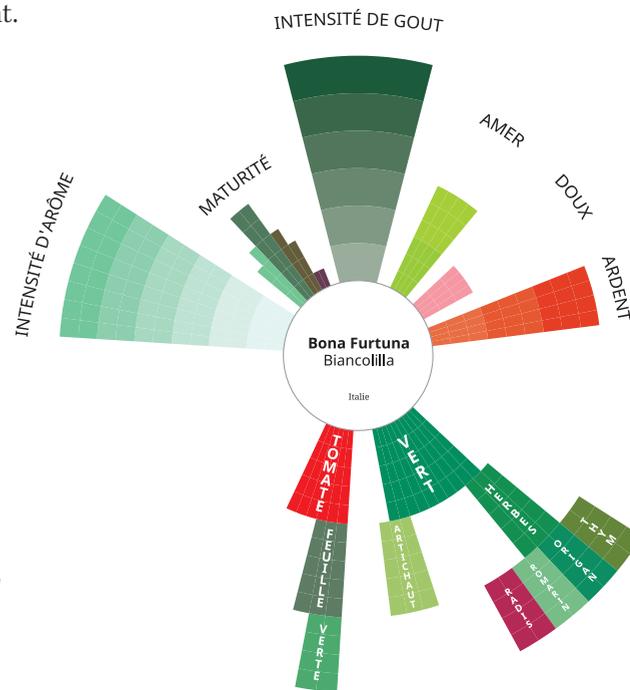
Au nez, arômes de fleurs et d'herbes aromatiques.
En bouche, notes d'artichaut, d'amande, de plant de tomate et d'épices.

Accords

Carpaccio et tartare de poisson, légumes à la vapeur, soupes.



Marque: Bona Furtuna (Sicile)
Cuvée: Bona Furtuna
Producteurs: Agatha et Steve Luczo
Exploitation: 300 hectares dont 30 hectares d'oliviers
Arbres: 12000 dont 4800 de la variété biancolilla centinara
Culture: Bio
Usage: Huile
Rendement: 5 kg/l
Récolte: Fin octobre, fin novembre
Production: 10000 l, dont 5000 l de Biancolilla Centinara



C'est en 2013, après une solide carrière académique à l'université de Palerme, que Pasquale Marino rejoint le domaine Bona Furtuna pour le gérer. Il introduit la variété oubliée Biancolilla centinara avec 4800 oliviers pour produire une huile unique. L'exploitation est desservie par un système d'irrigation souterrain d'eau de source du mont Barraù, ce qui contribue à un apport d'engrais naturel et à la gestion biologique de la terre. Dès la fin octobre, les olives sont soigneusement récoltées à la main puis envoyées au moulin du domaine pour être transformées en moins de 24 heures.

Bona Furtuna est une exploitation engagée. Une partie de ses bénéfices est reversée aux organismes caritatifs pour le développement de la ville. C'est la terre qui guide les nouveaux projets du domaine : la terre donne, le domaine Bona Furtuna reçoit puis donne à son tour, dans un cycle vertueux.

Fèves doublement pelées en purée vierge



Par Melissa Muller

Auteure de *Sicily: The Cookbook* 

Cette recette est un plat traditionnel sicilien préparé au printemps, à la saison des fèves.

L'huile d'olive vierge extra est l'ingrédient clé : en s'amalgamant aux fèves, elle les transforme en une purée crémeuse, parfaite pour être dégustée sur du pain toasté.

Ingédients pour 6 personnes

- 2 kg de jeunes fèves
- Sel
- 1 oignon nouveau finement ciselé
- 200 ml d'huile d'olive vierge extra sicilienne
- 200 ml de bouillon de légumes (que l'on peut remplacer par de l'eau)
- Herbes finement ciselées selon votre goût, idéalement fenouil sauvage ou persil

Réalisation

- Commencez par écosses les fèves, une par une en les récupérant dans un bol.
- Placez les fèves décortiquées dans un récipient d'eau salée que vous porterez à feu vif. Dès que l'eau arrive à ébullition, ôtez les fèves à l'aide d'une écumoire et versez-les dans un récipient d'eau froide afin qu'elles refroidissent au plus vite.
- Pressez les fèves une par une entre le pouce et l'index afin d'en exprimer le contenu.
- Jetez les peaux et placez leur contenu dans un autre récipient (idéalement anti-adhérent) avec l'oignon coupé, le bouillon ou l'eau, l'huile d'olive vierge extra et les herbes hachées. Portez à ébullition, puis réduisez l'intensité et laissez mijoter en remuant de temps à autre afin d'éviter que les fèves n'attachent. Laissez cuire 10 minutes en faisant suer jusqu'à évaporation totale du liquide, tout en vous assurant que les fèves sont complètement attendries et commencent à se désagréger. Pendant cette opération, l'huile d'olive et le bouillon doivent s'émulsifier avec les fèves afin de former la base crémeuse de ce plat.
- Ajoutez du sel selon votre goût.
- Servez immédiatement pendant que c'est chaud, idéalement avec du pain toasté.



L'emploi de fèves fraîches est un élément clé de la réussite de cette recette : les jeunes fèves sont bien plus tendres et fondent plus facilement pendant la cuisson.





ESPAGNE

Arbequina

Délicate, intensément

L'Arbequina est la variété emblématique de Catalogne, originaire du village d'Arbeca. D'après la légende, au XVII^e siècle, le duc de Medinaceli, seigneur d'Arbeca, aurait rapporté les premières graines d'un voyage en Terre sainte. Elle s'est depuis diffusée en Aragon et en Andalousie et au-delà des frontières espagnoles (Amérique latine et Californie).

Rustique, cet olivier résiste au froid et à la sécheresse. Il est très apprécié pour sa production régulière et son bon rendement. Les olives, rondes et petites (≤ 2 g), sont principalement utilisées pour produire de l'huile. L'Arbequina bénéficie de la première AOP d'huile reconnue en Espagne, «Les Garrigues» (1975).

..... Juncosa, joyau de l'Arbequina

C'est dans le village de Juncosa, 500 âmes, que le Vénézuélien Henri Alegria honore aujourd'hui la mémoire de ses ancêtres avec le domaine Henri Mor créé en 2015.

L'histoire commence en 1939 avec son grand-père, Antonio Gregori Mor, qui hérite de champs d'oliviers. Avec son associé, ils rénovent un ancien moulin et se lancent dans la production d'huile d'olive. La guerre civile espagnole force la famille Mor à quitter le pays. Ils s'installent au Venezuela et laissent derrière eux Juncosa qui se distingue au fil des ans avec son Arbequina.

En 2014, en quête de ses origines catalanes, Henri Alegria visite Juncosa où il a une révélation pour l'huile d'olive: le produit est exceptionnel. Rattrapé par ses racines,



Notes de dégustation

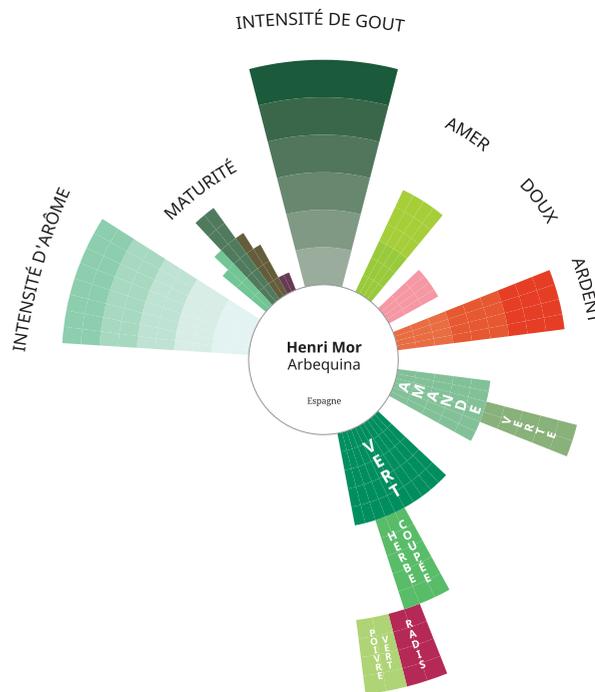
Au nez, pomme, poire, banane et amande verte.
Final relevé en bouche.

Accords

Poissons, fruits de mer, salades, fromages, fruits et desserts.



- Marque:** Henri Mor (Juncosa, Catalogne)
- Cuvée:** Henri Mor Arbequina
- Producteur:** Henri Alegria
- Exploitation:** 200 hectares
- Arbres:** 50 000 dont 6 000 de la variété arbequina
- Usage:** Huile
- Rendement:** 7-8 kg/l
- Récolte:** Octobre
- Production:** 5 000 l



ce jeune diplômé en gestion gastronomique s'enthousiasme à l'idée de faire partager l'or liquide de ses ancêtres aux gourmets du monde.

Après une formation de sommellerie oléicole à Madrid, c'est à New York qu'il fait une rencontre clé avec l'experte oléicole Brígida Jiménez Herrera (page 24) qu'il persuade de venir transmettre son savoir au domaine Henri Mor. L'exploitation se modernise : système d'irrigation au goutte-à-goutte et moulin extracteur Pieralisi, tout en préservant un savoir-faire traditionnel. La récolte commence début octobre, moment optimum de la maturité des olives pour un fruité vert ; la cueillette se fait à la main et au peigne avec une extraction le jour même au moulin de la propriété.

L'or liquide s'est transformé en médailles d'or pour les deux Henri : Mor et Alegria. Leur conquête du monde est bien partie, sur plusieurs continents, avec la bénédiction des chefs de la haute gastronomie espagnole et française.



Tartare ibérique



Par la Chef Maria José San Roman

Monastrell, Alicante, Espagne, 1 étoile Michelin

Ingrédients pour 4 personnes

- 500 g de filet de bœuf
- 150 g de gras de jambon ibérique
- 100 ml d'huile d'olive vierge extra variété Arbequina
- 1 g de sel fin

Réalisation

- Réalisez la graisse de jambon ibérique: faites fondre le gras pendant 3 heures à 50 °C.
- Préparez le filet en le hachant finement au couteau.
- Ajoutez le gras au filet haché petit à petit en malaxant bien, puis le sel et l'huile d'olive.
- Servez aussitôt.



À servir avec des tranches de pain de campagne croustillant.



URUGUAY

Arbequina

Un empire éco-responsable

L'Arbequina est originaire d'Arbeca, en Catalogne. Elle s'est largement diffusée en Andalousie et au-delà des frontières espagnoles (Californie, France) et dans l'hémisphère Sud (Australie, Chili, Argentine), récemment en Uruguay où elle représente 50 % des cultures oléicoles du pays.

L'olivier Arbequina s'adapte idéalement aux différents climats et sols, sur lesquels il va développer des caractéristiques endémiques avec une forme et un goût spécifiques. Il est apprécié pour son rendement élevé et sa production régulière de petites olives (≤ 2 g), rondes et symétriques, très riches en huile. La récolte en mars-avril dans l'hémisphère Sud et début octobre dans l'hémisphère Nord.

..... Entrepreneuses écoresponsables, mère et fille

Le domaine La Portuguesa est situé dans la ville de Salto en Uruguay. Dans les coulisses de l'exploitation, deux femmes : Patricia Damiani et sa fille Priscila Vejo.

Spécialisée dans la production de viandes premium depuis 1993, Patricia Damiani est une serial entrepreneuse qui n'a de cesse de se diversifier. Priscila Vejo, quant à elle, passe dix ans dans la finance agricole avant de réaliser que la réalité des champs lui manque. Ensemble, elles créent le label Don Rodrigo, proche du consommateur final avec une démarche éco-responsable : la culture de l'olivier. En 2012, Priscila prend en charge le secteur oléicole de l'exploitation familiale. Elle plante 25 hectares d'oliviers originaires d'Espagne et d'Italie. Trois ans plus tard, les oliviers donnent leurs premiers fruits.



Notes de dégustation

Nez dominé par des arômes herbacés et de tomate fraîche.

En bouche, notes de tomate verte et d'amande avec une touche finale de banane.

Accords

Poissons, écrasé de pommes de terre, burrata.



Marque: Domaine La Portuguesa (Salto)

Cuvée: Don Rodrigo Arbequina

Productrices: Patricia Damiani et sa fille Priscila Vejo

Exploitation: 800 hectares dont 25 hectares d'oliviers

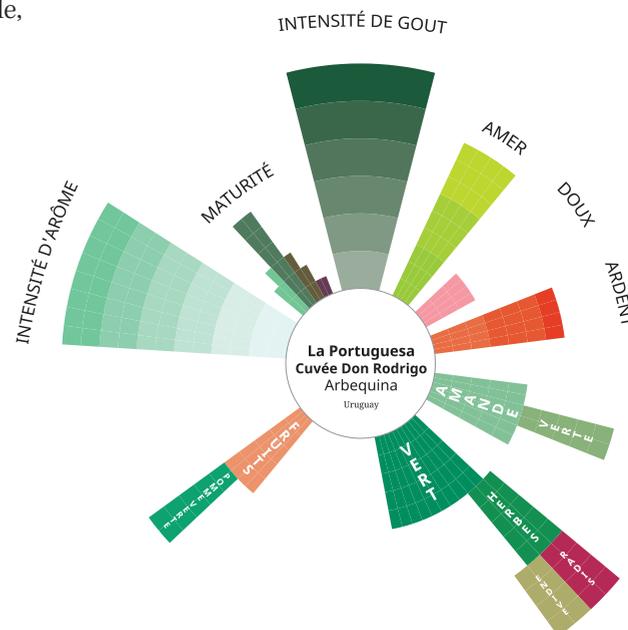
Arbres: 7000 dont 3500 de la variété Arbequina

Usage: Huile

Rendement: 4 kg/l

Récolte: Début mars

Production: 10000 l



Aujourd'hui, l'exploitation vit dans un milieu équilibré : 7 000 oliviers réduisent l'empreinte carbone et fixent l'azote atmosphérique au sol ; chevaux, chèvre  bovins se nourrissent des cultures issues de la ferme (maïs, blé, orge) et le fumier nourrit la terre.

Un microclimat froid et pluvieux pousse Priscila Vejo à récolter tôt, en mars, avant les autres producteurs, pour éviter la pluie qui engorge les olives et réduit le goût et les arômes des fruits. Ramassées à la main, les olives sont traitées aussitôt arrivées au moulin situé à 70 km du verger.

Un esprit entrepreneurial nourri par une passion agricole : l'huile Don Rodrigo est aussi un hommage à Rodrigo Vejo, le père de Priscila et de ses frère et sœur Constantin et Stefania, décédé alors qu'ils étaient encore enfants. Leur souhait ? Que Don Rodrigo vive longtemps et conquière le marché européen des huiles premium.

Pâte de fruits à la manière de Rodrigo



par le Chef William Lamagnère

La Closerie Des Lilas, Paris

Ingrédients pour un cadre de 20 ou 30 cm

- 500 g de purée de goyave rose « Boiron »
- 120 g d'huile d'olive vierge extra Arbequina Uruguay
- 200 g de compote de pommes sans sucre ajouté
- 70 g de glucose
- 530 g de sucre semoule
- 20 g de pectine jaune
- 17 g d'acide citrique

Réalisation

- Mélangez 70 g de sucre semoule avec la pectine jaune.
- Dans une grosse casserole faites bouillir la purée de goyave rose « Boiron » avec la compote de pommes et le glucose.
- Ajoutez-y le mélange sucre/pectine. Faire bouillir en fouettant régulièrement. Puis ajoutez 460 g de sucre semoule tout en continuant à fouetter.
- Dès la reprise de l'ébullition, ajoutez 120 g d'huile d'olive d'Uruguay, fouettez et ajoutez 17 g d'acide citrique.
- Fouettez et coulez dans le cadre préalablement posé sur une feuille silicone ou papier cuisson.
- Attendez 10 minutes et saupoudrez de sucre le dessus de votre pâte de fruit.
- Laissez reposer quelques heures puis taillez et roulez les pâtes de fruits dans le sucre.
- Dégustez !

