



Dal basso Molise per seguire la campagna olearia



Maria Teresa Occhionero e il fratello **Vincenzo**, nella loro azienda **Quarto dei Greci**, che si estende per circa 100 ettari, dedicano 20 ettari a oliveto, una coltivazione caratteristica della regione Molise e del Mediterraneo.

Il loro paese è **Ururi**, un piccolo comune collinare la cui storia è legata anche alle tradizioni degli **Arbëreshë**, la minoranza albanese stanziata nell'Italia meridionale ed insulare tra il XV e il XVIII secolo.



Il Molise, patria delle **Città dell'Olio**, è caratterizzato da un paesaggio dominato dagli uliveti, le cui piante secolari danno un ottimo prodotto. Tra le tante varietà di oliva coltivate, la più importante è la **Gentile di Larino**, frutto autoctono e di pregio che rappresenta un terzo dell'olivicoltura molisana.

La **campagna olearia** inizia i primi di ottobre, quando le olive cominciano ad **invaire** colorandosi di rosso, permettendo all'olio di dotarsi di caratteri organolettici pregevoli.



Altro prodotto di pregio è il vino rosso **DOC Tintilia**, vitigno autoctono introdotto nella seconda metà del Settecento durante la dominazione borbonica: il suo nome deriva presumibilmente dall'etimo spagnolo **Tinto**, ovvero "rosso". Questa varietà si adattò in fretta a queste terre: si tratta infatti di un vitigno rustico che resiste bene al freddo, alle malattie e all'attacco di muffe. Si diffuse sul territorio molisano tanto rapidamente che, alla fine dell'800, era senza dubbio la varietà maggiormente coltivata in tutto il territorio regionale.



L'**Olio Extravergine d'Oliva Molise DOP** viene prodotto a partire da olive delle cultivar Aurina, Gentile di Larino, Nera di Colletorto e Leccino (per almeno l'80%), completate da olive appartenenti alle varietà Paesana Bianca, Sperone di Gallo Olivastro e Rosciola. Si tratta di un olio dal colore che va dal dorato al verdognolo, con un profumo e un sapore fruttato dalle **leggere sfumature amarognole e piccanti**, che denotano la qualità del prodotto.

Perché l'olio extra vergine di oliva fa bene alla salute?

I suoi componenti benefici sono i **polifenoli**, una famiglia di composti chimici con proprietà antiossidanti, che combattono i "radicali liberi", riducendo il rischio di attivare forme tumorali e altre malattie. Inoltre riducono il cosiddetto colesterolo cattivo (LDL) nel sangue. Le olive italiane, specialmente quelle del centro-sud, contengono generalmente più polifenoli. È preferibile consumare l'olio extra vergine **a crudo**. Anche cotto va bene, basta non superare il **punto di fumo** (temperatura di 220 gradi).



La fama dell'olio molisano è giunta fino alla **Casa Bianca**: nell'ottobre 2016 una bottiglia di Tratturello prodotta dal molisano **Francesco Travaglini** è stata servita durante una cena di Stato tra l'ex Presidente degli Stati Uniti Barack Obama e il premier italiano Matteo Renzi.

