

# Schönheit im Zeichen der Olive

Fest stehen die knorrigen Bäume auf dem kargen Boden in den Hügeln der Toskana. Man mag es kaum glauben: Olivenbäume können bis zu 1000 Jahre alt werden! Sie überleben Generationen von toskanischen Bauern und gehören zu deren Familien wie das traditionelle sonntägliche Festessen. [...] Die Pflege der Olivenhaine verlangt Erfahrung, Fingerspitzengefühl und harte Arbeit – ein Wissen, das in der Toskana schon immer von den Alten an die Jungen weitergegeben wurde. Erst nach fünf Jahren trägt der Olivenbaum seine Früchte. Je älter er wird, umso wertvoller und reicher werden die Oliven.

Schon in der Antike waren die Zweige des Olivenbaums ein Symbol für Frieden, Glück und Fruchtbarkeit. Auch Noah sah im Zeichen des Olivenzweigs einen Beweis dafür, dass er ein Stück friedvoller Erde mit seiner Arche ansteuerte. Bis heute hat die Olive ihren mystischen Hauch durch die Jahrtausende hindurch nicht verloren.



## Die Olivenfrüchte

Von den Früchten der Olivenbäume gibt es unterschiedliche Sorten. [...] Die Farbe der Früchte wechselt von Zartgrün im unreifen Zustand über ein kräftiges Olivgrün bis hin zu einem dunklen, tiefen Schwarz – dem Zeichen der Fruchtreife.

Der Geschmack der frisch vom Baum gepflückten Oliven ist nicht zu rühmen und kommt eher bitter und ungenießbar daher. Erst im Olivenöl offenbaren die Früchte ihren vollen Reichtum. Und der ist hart erarbeitet: Für einen Liter Olivenöl müssen ca. 7 Kilogramm Oliven geerntet werden.

## Hochwertiges Öl

Olivenöl enthält einen sehr hohen Anteil (bis 80 Prozent) an einfach ungesättigten Fettsäuren und gehört zu den gesündesten Ölen. Der Anteil an natürlichem Vitamin E und phenolischen Verbindungen wie einfache Phenole, Oleuropein und Flavonoide ist Ursache für die hohe antioxidative Wirkung von Olivenöl extravergine. Das hochwertige Olivenöl ist aus diesem Grund ideal zur Herstellung von hautpflegenden Kosmetikprodukten. Japanische Wissenschaftler machten in einer Studie eine sensationelle Entdeckung: Sie haben nachgewiesen, dass die äußerliche Anwendung von Olivenöl einen sehr positiven Einfluss auf die Hautstruktur hat.

