Proprietà nutrizionali di un nuovo condimento a base di olio di oliva e pomodoro

Federica Tesini[1,2], Alessandra Bendini[1,2], Tullia Gallina Toschi[1,2]

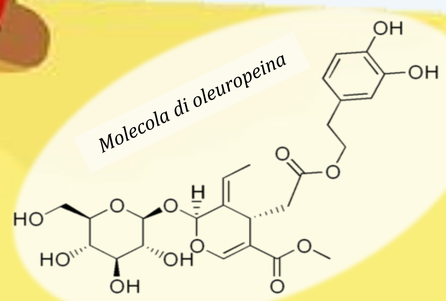
[1]DISTAL – Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-Alimentari, Alma Mater Studiorum – Università di Bologna

[2]CIRI - Centro Interdipartimentale di Ricerca Industriale Agroalimentare, Alma Mater Studiorum – Università di Bologna

federica.tesini@unibo.it

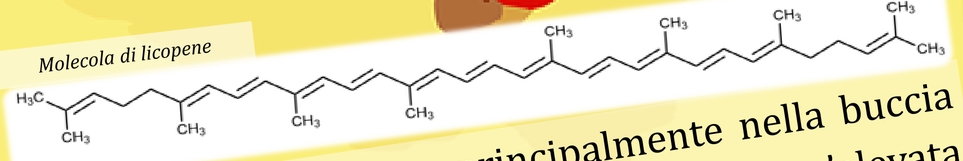
L'olio extravergine di oliva ed il pomodoro sono due alimenti cardine della dieta mediterranea, riconosciuta dall'Unesco come patrimonio dell'umanità, e, ciò è legato principalmente alle proprietà nutrizionali e salutistiche che naturalmente li caratterizzano. Entrambi questi alimenti sono caratterizzati dalla presenza di molecole antiossidanti come i composti fenolici nel caso dell'olio ed i carotenoidi (β-carotene e licopene) nel caso del pomodoro.

Molecola di oleuropeina



L'olio extravergine di oliva è un alimento funzionale [1] e deve le sue proprietà salutistiche alla presenza di numerosi composti minori, tra i quali i polifenoli che il processo di estrazione solo meccanico estrae e preserva. Tra questi troviamo l'**oleuropeina**, in forma agliconica, è uno dei composti responsabili delle percezioni di **AMARO** e **PICCANTE.**

Molecola di licopene



Il licopene, contenuto principalmente nella buccia della bacca di pomodoro, possiede un'elevata **capacità antiossidante** [2].

La sua attività antiossidante è correlata alla riduzione dei livelli di colesterolo LDL nel sangue ed alla diminuzione dell'incidenza di alcune forme tumorali.

È stato dimostrato come l'assunzione simultanea di olio extravergine di oliva e pomodoro potenzi in modo sinergico l'attività antiossidante che ciascuno dei due componenti esplicherebbe se consumato da solo; in particolare, l'olio extravergine di oliva sarebbe in grado di incrementare da 3 a 5 volte la biodisponibilità dei carotenoidi contenuti nel pomodoro. La maggiore capacità di assorbimento dei caroteni da parte dell'intestino è stata attribuita proprio alla particolare biodisponibilità dei carotenoidi che vengono veicolati dalle goccioline d'olio in emulsione con l'acqua; inoltre, i polifenoli dell'oliva sono in grado di proteggere questi pigmenti dal fenomeno ossidativo, rendendoli così maggiormente disponibili in forma attiva per l'organismo [3].

Sulla base di queste proprietà nutrizionali di pregio è stato prodotto un olio co-franto ricco in carotenoidi, ottenuto meccanicamente per spremitura delle olive e del pomodoro, senza l'utilizzo di solventi, né di altri agenti chimici, bensì sfruttando la naturale liposolubilità dei carotenoidi di interesse.
L'olio così ottenuto è stato caratterizzato sul piano dell'acidità, dello stato ossidativo e valutato quali e quantitativamente (frazione lipidica e componenti minori).

Il prodotto potrà essere commercializzato come "**condimento a base di olio di oliva e pomodoro**" oppure "**olio di oliva arricchito in licopene**" e potrà essere validamente utilizzato come olio di pregio sul piano nutrizionale e sensoriale, da preferire a crudo per il suo valore, ma anche particolarmente resistente all'alta temperatura e quindi alla cottura. In relazione alle caratteristiche compositive potrà essere particolarmente apprezzato da consumatori che seguono regimi dietetici vegetariani o vegani.

[1] Bendini A, Cerretani L, Carrasco-Pancorbo A, Gómez-Caravaca AM, Segura-Carretero A, Fernández-Gutiérrez A, Lercker G. Phenolic molecules in virgin olive oils: a survey of their sensory properties, health effects, antioxidant activity and analytical methods. An overview of the last decade. *Molecules*, 2007, 12.8: 1679-1719. [2] Sies H, Stahl W. Lycopene: antioxidant and biological effects and its bioavailability in the human. *Experimental Biology and Medicine*, 1998, 218.2: 121-124. [3] Li Q, Li T, Liu C, Chen J, Zhang R, Zhang Z, Dai T, Mccelements J D. Potential physicochemical basis of Mediterranean diet effect: Ability of emulsified olive oil to increase carotenoid bioaccessibility in raw and cooked tomatoes. *Food Research International*, 2016. In press.