

# Z VOOR U GEPROEFD Extra vierge olijfolie



**Bertolli**  
€5,59 per 500ml

De onderlinge verschillen zijn piepklein, maar de Bertolli wordt unaniem aangewezen als de zuiverste olie in de test. Licht pittig in de keel, en een geur die olijfblad prijsgeeft.



**Monini**  
€4,51 per 500ml

Het panel ruikt zowaar een vleug appelfris, maar in de mond krijgt die fruitigheid geen gevolg. Nauwelijks bitters ook. Wel een pepertje.



**Primadonna (Lidl)**  
€2,50 per 500 ml

Een schoolvoorbeeld blend met bulk-olijven: zo laat geplukt dat er nauwelijks karakter overblijft. Niets fruitigs in elk geval.



**Jumbo**  
€2,74 per 500ml

Een zuur fermentatiegeurtje in de neus, en heel veel bitters op de tong. Nauwelijks pit. Nog minder frisheid.



Er zijn mensen – in Nederland misschien wel het merendeel – die olijfolie uitsluitend gebruiken om te voorkomen dat de stukjes kipfilet of knoflook aankoecken in de koekenpan. Onze panelleden weten wel beter. Het drietal is nog nauwelijks neergestreden in de Amsterdamse speciaalzaak Olives & More of de loftrumpet is al gestoken. „Je moet gewoon altijd een fles olijfolie op tafel hebben staan”, zegt olieprofessor Gregor Christiaans. „Ik heb het vanochtend nog in de yoghurt gedaan. Als olijfolie niet van nature had bestaan, hadden we het zelf moeten verzinnen. Het is retegezond, lekker en je kunt het overal voor gebruiken.”

„Het is ook een prima botervervanger, bijvoorbeeld in bananenbrood”, vult gastheer Brian Boucher aan. „Dan krijg je een fijnere kruim, die langer *moist*, vochtig, blijft.”

Expert Francesca de Ritis: „Maar je mag er ook gewoon mee koken of bakken, hoor. Mijn oma maakte altijd heerlijk frietjes in extra vierge olie.”

Christiaans: „Geloof me, op al mijn kleren zitten olijfolievlekken.”

## Sjoemelen

Olijfolie is verkrijgbaar in vier kwaliteitsklassen, waarvan ‘extra vierge’ (ook wel gespeld als virgen of virgine) op de hoogste trede staat. Om dit predicaat – letterlijk: ‘extra maagdelijk’ – op de fles te mogen plakken, moet de olie twee keuringen hebben doorstaan. Allereerst een laboratoriumtest, waarin onder meer wordt gekeken of de zuurtegraad onder de wettelijk toegestane 0,8 procent blijft. Daarna een smaaktest, waarin professionele proevers beoordelen of de olie wel zuiver genoeg is. Natuurlijk kan in de praktijk nooit elke fles gewikt



# Fris, bitter én pittig

Olijfolie is gezond, overal voor te gebruiken én lekker. Met name extra vierge: maagdelijke olie van de hoogste kwaliteit. Proef je dat ook in de flessen uit de supermarkt?

MATTHIJS MEEUWSEN



**Gregor Christiaans (53)**  
Gediplomeerd olijfolieproever, auteur van *Lekker vet* en host van gelijknamige podcast.

**Francesca de Ritis (52)**  
Professioneel olijfolieproever- en trainer uit Italië. Teelt, importeert en geeft cursussen.

**Brian Boucher (44)**  
Chef, fijnproever en eigenaar van de Amsterdamse speciaalzaak Olives & More.

▲ Het panel keurt. Zelfs een leek proeft het verschil tussen goede en slechte olie.

FOTO JEAN PIERRE JANS

en gewogen worden. „Het is dan ook een heel fraudegevoelige markt”, weet Christiaans. „De Italiaanse carabinieri hebben zelfs een eigen proefpanel, die kan worden ingezet wanneer ze vermoeden dat een produ-

cent aan het sjoemelen is.” Het stempeel ‘extra vierge’ gaat op etiketten vaak gepaard met de opmerking ‘van de eerste persing’. Sinds moderne machines alle olie in één poging uit het vruchtvlees weten te persen, is

dit in feite een loze leus geworden. Hoe extra vierge olijfolie precies moet smaken, staat niet in steen gebeiteld. „Je hebt alleen al honderden soorten olijfbomen”, legt De Ritis uit. „En ook de bodem, het weer en de oogsttijd zijn van invloed op de smaak. Zelfs binnen een paar kilometer kunnen fabrikanten zo zeer uiteenlopende resultaten creëren.”

Wat wel vaststaat: goede olijfolie combineert de heilige drie-eenheid van frisheid, bitterheid en scherpte. „Olijven zijn vruchten. Het frisse, fruitige hoor je al te ruiken”, doceert Christiaans. „Het pepertje proef je achterin de keel. De bitters zijn het moeilijkst te proeven, die komen achterop je tong.” Aangezien we de olijfolie in Nederland niet bepaald met de paplepel krijgen ingegoten, hebben veel consumenten volgens de panelleden geen weet van het scala aan smaken. Toch zweren de kenners dat ook elke leek het verschil tussen een goede en slechte olie zal proeven. „Maar dan moet je wel eerst in aanraking komen met goede olijfolie”, benadrukt Boucher.

## Krakende deur

En daar zit de uitdaging: zelfs in het overvolle supermarktschap valt er in ons land niet veel te kiezen.

In deze blinde proeverij met acht (huis)merken blijken de verschillen in elk geval miniem. De panelleden herkennen veelal het beperkte smaakpalet van (Spaanse) bulk-olijven. Het zal allicht extra vierge genoemd mogen worden, maar de frisse fruitigheid wordt door de liefhebbers danig gemist en de olijven zijn zo rijp geplukt dat ze al veel karakter hebben verloren. „Deze olie zou ik alleen aanraden als je een krakende deur hebt”, grapt Christiaans. De Ritis is diplomatieker. „Schoonheid zit in details. In deze flessen uit de supermarkt ontbreken die nuances helaas. Terwijl de wereld juist mooi is omdat er zo veel variatie is.”



**Albert Heijn**  
€3,49 per 500ml

De geur is niet eens heel slecht. Maar in de mond rammen de bitters het pepertje direct aan diggelen. Ongebalanceerd, met slechts een heel, heel verre fruitassociatie.



**De Cecco**  
€4,99 per 500ml

De zoveelste 13-in-een-dozijnolie. Er is best geur en smaak, maar die wordt gedomineerd door ranzige oxidatiesporen.



**Ekoplaza**  
€5,09 per 500ml

Wederom een onfris luchtje. Daarna ook veel te vlak en wankel op de tong: veel bitters die niet worden gecompenseerd door frisheid of pit.



**Carapelli**  
€6,85 per 500ml

De mooiste (en duurste) fles, maar de inhoud blijft achter. Vettig en vlak, zonder duidelijke, te destilleren smaaktonen.

