

# Aceite de ol

## Hay extras que no lo son

**E**l aceite de oliva representa la esencia de la cocina mediterránea y es, sin duda, el preferido de los españoles: de los 13,30 litros de aceite que consumimos cada año, casi diez litros son de oliva,

incluyendo tres litros de oliva virgen.

Perfecto para tomar en crudo como aliño de ensaladas y gazpachos o simplemente untado en el pan, el aceite virgen se caracteriza por un sabor y aroma que deben ser intensos y, a la vez, delicados. O por lo menos, eso es lo que los consumidores esperan de él, en especial, si compran un producto de categoría extra, como la mayoría de los que hemos analizado. Pero a la vista de los resultados de nuestro análisis, no sería extraño que se lleven una decepción.

### La calidad viene del cuidado

El aceite de oliva virgen se obtiene del prensado de las aceitunas y se extrae por medios físicos, sin ninguna otra manipulación química ni aditivo. Por tanto, para conseguir un aceite de buena calidad, el secreto no es otro que cuidar las aceitunas. Recogerlas cuando están en su punto óptimo de madurez, idealmente a mano y cuando todavía están en el árbol, tratarlas con mimo para que no se les abran heridas, procurar mantenerlas ventiladas evitando la maceración, limpiarlas bien antes de molerlas y, por último, extraer el aceite sin excederse con la temperatura ni el tiempo de batido. De esta forma, se consigue un buen aceite. El descuido en alguna de estas fases, como los almacenamientos excesivamente prolongados o el empleo de aceitunas caídas y dañadas, puede dar lugar a una acidez excesiva o sabores desagradables a mohos, atrojado o tierra. Antes de envasar el aceite, se debe descartar la presencia de estos defectos en una prueba realizada por catadores expertos.

Cada variedad de aceituna (cornicabra, picual, hojiblanca, lechín...), cada zona e incluso cada cosecha producen un aceite con matices diferentes, lo mismo que ocurre con los vinos. Para mantener un nivel homogéneo en la producción, es frecuente que los fabricantes mezclen aceites de diferente origen o variedad. Sin embargo, pocas veces aparece esta información en la etiqueta.

Nueve marcas no superan la prueba de cata para ser 'extra' y otras dos tienen una calidad tan baja que ni siquiera se deberían vender sin pasar antes por un refinado.

### 6 VÍRGEN Y 34 VIRGEN EXTRA

Nuestro análisis se ha concentrado en el aceite de oliva virgen, con 34 marcas que ostentan la categoría "extra" y otras seis que son simplemente "virgen". Se trata de productos de gran consumo, casi todos envasados en botellas de plástico pet de un litro, aunque también incluimos diez aceites en botellas de vidrio de 750 ml y uno en brik, para comprobar si hay alguna diferencia. Todos se sometieron a un análisis físico-químico y a una prueba de cata. No incluimos aceites de alta gama, más caros y que suelen venir en envases pequeños.

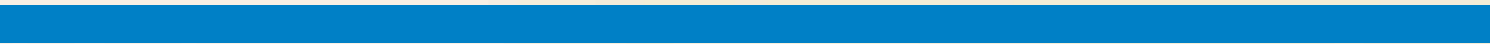
#### PRUEBA DE CATA

La prueba sensorial o de cata la lleva a cabo un panel de catadores, de entre 8 y 12

miembros, reconocido por el Consejo Oleícola Internacional.

■ El aceite se prueba a una temperatura de 28 °C servido en una copa coloreada, ya que el color no se valora en la cata.

■ Cada catador huele el aceite y luego lo degusta. Después, anota en la ficha sus rasgos positivos y negativos. Esos datos se procesan de forma estadística para confirmar la ausencia de defectos serios y la presencia del atributo "frutado", que es el aroma de la aceituna fresca verde o madura, propio del aceite virgen. También se evalúa su equilibrio con el "picante" y "amargo".



# iva virgen



## Las etiquetas son correctas....

De hecho, el etiquetado del aceite de oliva virgen ofrece poca información obligatoria: la denominación del producto, el contenido neto, la fecha de consumo preferente, la identificación de la empresa, la marca, el lote y el origen geográfico. Además, la ley exige que las botellas lleven un precinto inviolable. La norma ni requiere lista de ingredientes ni el grado de acidez, pero si éste se menciona, debe ir acompañado de otros datos como la absorción en K232 y K270, el índice de peróxidos y el de ceras. Tampoco son obligatorios los consejos de conservación ("mantenerlo en lugar fresco y al abrigo de la luz") ni la fecha de envasado, aunque es preferible que los lleven.

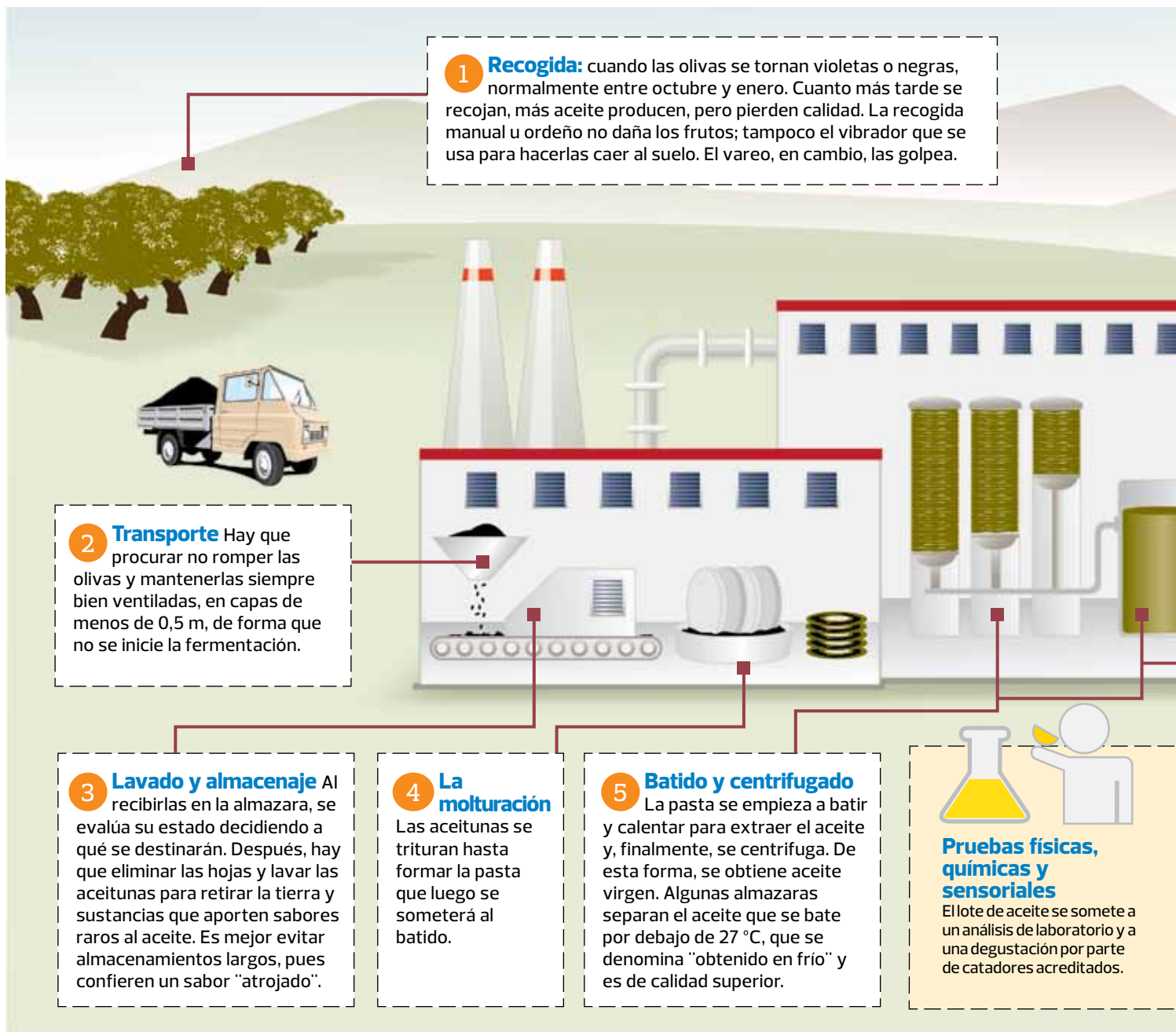


## Ninguna marca indica la fecha de envasado

En general, las etiquetas son correctas, pero bastante incompletas. Ninguna indica la fecha de envasado o de cosecha y la legibilidad tampoco es su fuerte. Las etiquetas de Hojiblanca, La Española y Aliada están impresas en letra demasiado pequeña, y en las de Arteoliva, Cordoliva y Consum la fecha de consumo preferente apenas se lee.

## ... pero no todas dicen la verdad

Con todo, no es su difícil lectura lo peor de estas etiquetas, sino que, en algunos casos, lo que declaran no se corresponde con el contenido. Hemos sometido los cuarenta aceites a diversos análisis físicos y químicos para determinar su calidad y



descartar cualquier adulteración o fraude.

Para empezar, hemos medido la acidez. En el aceite virgen, cuanto más baja sea, mejor. Y por ese lado no encontramos ningún problema: todas las marcas están dentro de los límites legales y de acuerdo con su etiqueta si es que la mencionan.

Los restantes análisis físico-químicos descartan cualquier tipo de adulteración con sustancias extrañas o mezclas con aceites que no sean de oliva. En cuanto a la calidad del fruto, Maeva, Sabor y Origen y Olilán emplean aceitunas envejecidas o mal conservadas.

Por tanto, la denominación "aceite de oliva" es cierta, pero el calificativo Virgen o Virgen Extra no siempre es fiable.



## El aceite virgen extra es ideal para consumir crudo

### No siempre está a la altura del nombre

Y esto ocurre porque en la prueba definitiva, la del panel de catadores, los aceites no han estado a la altura.

En muchas marcas aparecen diversos defectos y a varios les falta el característico aroma frutado que define al aceite virgen.

Hemos sido más exigentes con los aceites que se denominan "extra" que con los "vírgenes" a secas. Aun así, hay dos productos, Maeva Virgen Extra y Olilán Virgen, que no debían haber llegado a comercializarse porque son "lampantes" y, en consecuencia, están eliminados de nuestro análisis.

**6 Aceite lampante** Si la acidez es superior a 2° o aparecen defectos importantes en la cata, el aceite no se puede comercializar como virgen y hay que someterlo a un refinado.

**7 Refinado** Por medios físico-químicos, se reduce la acidez y se eliminan compuestos que confieren olores y sabores indeseables.

### CONSEJOS DE USO



**Para tomar en crudo:** el aceite de oliva virgen "extra" es el ideal para aliñar ensaladas y gazpachos.



**Para guisar:** utilice aceite de oliva o de oliva virgen, ya que en el guiso no se aprecia el sabor frutado del "extra".



**Para freír:** el aceite de oliva es el ideal porque su punto de humo es más alto que en el virgen y virgen extra.



**Cómo almacenarlo:** a oscuras y sin fuentes de calor. La botella de vidrio oscuro es la que mejor protege de la luz. El aceite virgen "extra", comprado en garrafas de 5 litros para uso doméstico, se estropea si permanece mucho tiempo abierto.

### NUESTRO ANÁLISIS

#### A ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

El aceite con menos de 0,8° de acidez y características irreprochables en la prueba de catadores se puede envasar como virgen extra.

#### B ACEITE DE OLIVA VIRGEN

Cuando la acidez máxima es de 2° y supera la prueba sensorial, pero con nota inferior al extra, se puede vender como virgen.

#### ACEITE DE OLIVA

Al aceite refinado (que es incoloro) se le añade entre un 8% y un 20% de aceite virgen, que aporta color y sabor. Se comercializa como aceite de oliva.

## CUADRO CÓMO SE USA

**Precios** Recogidos en 296 establecimientos de 20 ciudades en julio de 2012.

**Oxidación** Valora el índice de peróxidos, que indica la oxidación o enranciamiento.

**Acidez** Medida en grados. Cuanto más baja, mejor calidad. Las aceitunas dañadas hacen subir la acidez.

**Calidad del fruto** Prueba de ésteres alquílicos: si las aceitunas han sufrido algún tipo de fermentación, los ésteres se elevan.

**Mezcla con otros aceites** Agrupa el resultado de varias pruebas (absorción en K232 y K270, ceras, perfil de ácidos grasos, esteroides y estigmatidinos) que sirven para descartar adulteraciones.

**Categoría organoléptica real** "Virgen extra", "Virgen" o "Lampante", según dictamina el panel de catadores. Cuanto más alto sea el "frutado", mejor se valora, siempre que esté equilibrado con los demás rasgos.

★ Mejor del Análisis	⊕ Muy bueno
⊙ Compra Maestra	+ Bueno
€ Compra Ventajosa	□ Aceptable
■ Buena calidad	— Malo
✗ Eliminado	⊖ Muy malo
	■ No recomendado

ACEITE DE OLIVA		PRECIOS		CARACTERÍSTICAS			RESULTADOS						CALIFICACIÓN GLOBAL
		Precio por litro	Capacidad (ml)	Envase	Etiquetado	Oxidación	Acidez	Calidad del fruto	Mezcla con otros aceites	Prueba de cata	Categoría organoléptica real		
<b>VIRGEN EXTRA</b>													
★	<b>OLEOESTEPA</b> D.O. Estepa	3,08 - 3,69	3,35	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>76</b>
★	<b>YBARRA</b> . Gran Selección Afrutado	2,93 - 3,80	4,53	750	vidrio	□	+	+	⊕	⊕	+	V. extra	<b>75</b>
⊙	<b>HACENDADO</b> (Mercadona)	2,70 - 3,00	2,76	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>71</b>
	<b>LA ESPAÑOLA</b> Gran Selección	2,44 - 3,80	4,02	750	vidrio	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>70</b>
⊙	<b>DINTEL</b> Selección Especial	2,75 - 2,75	2,75	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>70</b>
	<b>HACENDADO</b> (Mercadona)	2,65 - 3,25	3,73	750	vidrio	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>70</b>
⊙	<b>EL CORTE INGLÉS</b>	2,85 - 3,20	2,90	1.000	pet	□	+	+	⊕	⊕	+	V. extra	<b>70</b>
	<b>CARBONELL</b> Gran Selección	2,99 - 4,75	4,50	750	vidrio	□	+	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>68</b>
	<b>DIA</b>	2,55 - 2,68	3,46	750	vidrio	□	⊕	⊕	⊕	⊕	+	V. extra	<b>66</b>
	<b>DÍA</b> Frutado	2,69 - 2,75	2,73	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	64
	<b>LA ESPAÑOLA</b>	2,69 - 3,85	3,42	1.000	pet	□	+	+	⊕	⊕	□	V. extra	62
	<b>SEÑORÍO DE SEGURA</b> Picual D.O.	3,14 - 4,70	4,94	750	vidrio	+	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	59
	<b>AUCHAN</b> (Alcampo)	2,37 - 2,64	3,42	750	vidrio	□	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	57
	<b>CARREFOUR</b>	2,52 - 3,25	3,71	750	vidrio	□	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	57
	<b>OLIVAR DE SEGURA</b> Picual	3,31 - 3,85	3,59	1.000	pet	+	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	54
	<b>KOIPE</b>	2,80 - 3,69	3,15	1.000	pet	□	+	+	+	⊕	□	V. extra	53
	<b>BORGES</b>	2,74 - 3,99	3,22	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	□	V. extra	53
	<b>CARBONELL</b> Selección Maestra	2,39 - 3,72	3,13	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	—	V. extra	51
	<b>SÚPER</b> (El Árbol)	2,75 - 2,75	2,75	1.000	pet	—	+	+	+	⊕	□	V. extra	48
	<b>CARREFOUR</b>	2,47 - 2,95	2,73	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	—	V. extra	46
	<b>HOJIBLANCA</b>	2,89 - 3,80	4,25	750	vidrio	—	+	⊕	⊕	⊕	—	V. extra	45
	<b>SUPER SOL</b>	2,66 - 3,19	2,84	1.000	pet	—	—	⊕	□	⊕	□	V. extra	43
	<b>AUCHAN</b> (Alcampo)	2,35 - 2,75	2,66	1.000	pet	□	+	⊕	□	⊕	—	V. extra	42
	<b>CORDOLIVA</b> Frutado	3,00 - 3,45	3,37	1.000	pet	—	+	⊕	+	⊕	—	V. extra	42
	<b>EROSKI</b>	2,69 - 2,79	2,78	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>35</b>
	<b>HOJIBLANCA</b>	2,69 - 3,69	3,16	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>33</b>
	<b>COOSUR</b>	2,61 - 3,95	3,29	1.000	pet	□	+	⊕	+	⊕	⊖	Virgen	<b>32</b>
	<b>YBARRA</b>	2,61 - 3,59	2,96	1.000	pet	□	□	+	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>30</b>
	<b>CONSUM</b>	2,70 - 2,79	2,75	1.000	pet	—	+	⊕	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>29</b>
	<b>ARTEOLIVA</b>	3,39 - 3,99	3,80	1.000	Brik	—	+	+	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>28</b>
	<b>CONDIS</b>	2,89 - 2,89	2,89	1.000	pet	□	+	+	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>27</b>
	<b>OLISONE</b> (Lidl)	2,39 - 2,59	3,44	750	vidrio	□	+	+	⊕	⊕	⊖	Virgen	<b>27</b>
	<b>ALIADA</b> (El Corte Inglés)	2,75 - 2,75	2,75	1.000	pet	—	□	+	□	⊕	⊖	Virgen	<b>24</b>
	<b>MAEVA</b>	2,84 - 2,98	2,90	1.000	pet	—	+	+	⊖	⊕	⊖	Lampante	<b>X</b>
<b>VIRGEN</b>													
	<b>MAR DE OLIVOS</b> (Olivar de Segura)	2,30 - 2,55	2,32	1.000	pet	□	+	⊕	⊕	⊕	□	Virgen	52
	<b>CARREFOUR</b>	2,15 - 2,90	2,38	1.000	pet	—	⊕	+	⊕	⊕	□	Virgen	51
	<b>CORDOLIVA</b> Tradicional	2,48 - 3,00	2,84	1.000	pet	□	+	+	⊕	⊕	□	Virgen	50
	<b>AUCHAN</b> Pulgar (Alcampo)	1,94 - 2,51	2,17	1.000	pet	□	+	⊕	□	⊕	□	Virgen	47
	<b>SABOR Y ORIGEN</b> (M)	1,95 - 2,45	2,16	1.000	pet	□	□	+	⊖	⊕	⊖	Virgen	<b>21</b>
	<b>OLILÁN</b>	1,99 - 2,59	2,35	1.000	pet	—	—	⊕	—	⊕	⊖	Lampante	<b>X</b>



## Dos aceites son de categoría lampante, no apta para la venta

### Pupa al bolsillo

¿Qué repercusión tienen estos resultados en el bolsillo del consumidor? Pues mientras el precio medio de los aceites de oliva virgen es de 2,38 euros/litro, los que llevan el apelativo "extra" se mueven en torno a los 3,32 euros, casi un euro más por litro, aunque nuestras Compras Maestras Hacendado y Dintel están un 15% por debajo de esa media. El precio más competitivo en este segmento se sitúa en torno a 2,75 euros. En este sentido, hay que destacar que las distintas categorías "extra", "virgen" y "oliva" no muestran una delimitación muy clara en cuanto a franjas de precios.

También se observa que, por lo general, los aceites envasados en botellas de vidrio son productos de mayor calidad que los envasados en plástico, incluso tratándose de productos de la misma marca, como es el caso de los dos aceites de Ybarra o de Carbonell.

## CALIDAD INACEPTABLE

Los aceites analizados no presentan ninguna adulteración que ponga en riesgo la salud de los consumidores. Tampoco detectamos mezclas fraudulentas con aceites que no sean de oliva, pero sí podemos hablar de un problema serio de falta de calidad en varias marcas.

### 12 ACEITES FALLAN LA PRUEBA DE CATA ESTÁNDAR

El aceite de oliva virgen es el único producto al que la norma europea y española exige, además de cumplir unos parámetros físico-químicos, pasar por una prueba de cata con expertos que confirme la ausencia de defectos organolépticos y un nivel mínimo de frutado. Y aquí es donde muchos aceites fallan estrepitosamente. El panel de catadores acreditados dictaminó que dos de las 40 marcas no cumplen los requisitos sensoriales para venderse como aceite de oliva virgen. En vista de sus numerosos defectos, reflejados también en sus

valores analíticos, son "lampantes" y debían haberse destinado al refinado en lugar de venderlos directamente. Por esta razón, Maeva Extra y Olilán Virgen no optan a nuestros galardones.

Otras nueve marcas que se venden como "extra" tampoco alcanzan los atributos que les exige la norma para llevar esa denominación, lo que implica que se están vendiendo con una categoría superior a la que les corresponde. La OCU ha comunicado estos resultados al Instituto Nacional de Consumo y al Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente (MAGRAMA).

## Aceites de oliva virgen **galardonados**



76

### OLEOSTEPA extra D.O. Estepa

Botella de plástico PET 1 litro, frutado medio intenso, equilibrado.

3,35 euros/litro.

De 3,08 a 3,69 euros



75

### YBARRA extra Gran selección

Botella de vidrio 0,75 litros, Hojiblanca y Arbequina, frutado medio intenso, equilibrado.

4,53 euros/litro.

De 2,93 a 3,80 euros



71

### HACENDADO extra

Botella de plástico PET 1 litro, frutado medio, algo picante.

2,76 euros/litro.

De 2,70 a 3,00 euros



70

### DINTEL extra

Botella de plástico PET 1 litro, frutado medio, algo picante.

2,75 euros/litro.

2,75 euros



70

### EL CORTE INGLÉS extra

Botella de plástico PET 1 litro, frutado medio, equilibrado.

2,90 euros/litro.

De 2,85 a 3,20 euros