

Nota: A tabela de classificação das características sensoriais apresenta intensidade de 0 a 10

FRUTADO DO AZEITE VIRGEM EXTRA	CARACTERÍSTICAS SENSORIAIS
Maduro	Frutado de azeitona suave (<3), com predominância de notas doces, e um ligeiro toque de amargo e picante.
Verde Suave	Frutado de azeitona entre 3-6, com notas amargo e picante apresentam valores médios.
Verde Intenso	Frutado bastante intenso (>6), com notas de verde intensas e onde as sensações de amargo e picante são elevadas e persistentes

Tabela 1 - Frutado do azeite virgem extra e descrição das respetivas características sensoriais



Ao consumidor deve ser dado o conhecimento sensorial para que aprecie e utilize de forma adequada a diversidade de azeites que existem no mercado. Ao estabelecer critérios de harmonização do azeite com diferentes alimentos, deixamos ao consumidor a autonomia e uma certa ousadia, para provar diferentes combinações.

HARMONIZAÇÃO DO AZEITE COM A COMIDA

Face a estes diferentes tipos de frutados e sabores, provenientes de diferentes cultivares e regiões, aumentar-se-á a possibilidade de selecionar, em cada caso, o azeite mais adequado para acompanhar ou como ingrediente na preparação de pratos e comidas.

Um dos sinais de uma culinária de qualidade atribui a cada alimento o lugar que lhe compete numa alimentação inteligente e equilibrada. Na Tabela 1 são classificados os diversos frutados do azeite virgem extra e a descrição das respetivas características sensoriais.

A questão que podemos colocar é que tipo de azeite podemos escolher como o melhor para os diversos pratos que temos na nossa gastronomia? Azeite virgem extra, claro! Mas, cada confusão culinária terá que se harmonizar com o azeite que tem as características sensoriais em que se equilibrem todos os componentes.

O azeite marca presença na cozinha, é versátil como poucos ingredientes culinários, integra os alimentos, personaliza e identifica um prato. Quer na cozinha tradicional, quer na mais sofisticada, o fundamental é escolher um azeite isento de defeitos sensoriais e conhecer as suas combinações certas. A condição básica para obter um prato de qualidade é a utilização de azeites com características sensoriais irreprensíveis.

HARMONIZAÇÃO DO AZEITE

COM A COMIDA

PARCERIA PROPONENTE:



COFINANCIADO POR:



Para conseguirmos uma boa harmonização entre os azeites virgem extra, com os diferentes tipos de alimentos, há também que considerar, não só as características dos azeites, mas as sensações presentes nos alimentos, como por exemplo o doce, o salgado, o amargo, os temperos adicionados, as características aromáticas, as gorduras presentes, bem como a sua persistência.

A intensidade das várias sensações pode ser quantificada usando uma escala de 0 a 10, de acordo com o indicado na Tabela 2.

Tabela 2 - Intensidade de algumas sensações gustativas quando há a junção do azeite com a comida

SENSAÇÃO GUSTATIVA	Impercetível	Pouco Percetível	Suficientemente Percetível	Percetível	Muito Percetível
Doce	0-2	2-4	4-6	6-8	8-10
Salgado					
Amargo					
Ácido					
Aromas					
Persistência					

Doce: A intensidade do sabor doce na comida advém da maior ou menor presença de amidos, hidratos de carbono ou açúcares.

Salgado: os alimentos contêm sal, mas, este também lhes pode ser adicionado durante a cozedura ou tempero.

Amargo: esta característica pode ser intrínseca aos alimentos, ou causada por algumas substâncias que tenham sido incorporadas.

Ácido: a acidez é atribuída pela presença de ingredientes ácidos na maioria dos alimentos, nomeadamente por tomates, vinagre ou citrinos.

Aroma: os alimentos têm já o seu aroma característico, como é o caso do peixe, do queijo, crustáceos, cogumelos, ou causado pela presença de ervas aromáticas.

Aromatizado: resulta no aroma característico das ervas aromáticas que são adicionadas aos alimentos antes de cozinhados.

Persistência: consiste na duração das sensações do cheiro - gosto, após ingerir.

A harmonização do azeite com os alimentos requer a escolha de um azeite que equilibre as intensidades sensoriais correspondentes ao alimento específico:

- (i) Análise dos atributos que melhor descrevem organoleticamente a comida e o azeite pretendidos;
- (ii) Definição do método de avaliação da conjugação;
- (iii) Análise da correspondência entre a comida e o respetivo Azeite Virgem Extra.

SOPAS



Para conjugar:
Azeite Maduro

SALADAS FRIAS



Para Temperar:
Azeite Verde Suave

VERDURAS



Para Temperar:
Azeite Maduro
Para Saltear:
Azeite Maduro

CARNE



Para conjugar:
Azeite Verde Intenso

PEIXE / MARISCO



Para Temperar:
Azeite Verde Suave

FRUTAS



Para realçar:
Azeite Verde Suave

SOBREMESAS



Para realçar:
Azeite Verde Intenso