

Оливковое масло и Критское Питание

Согласно всем международным медицинским исследованиям, критяне, которые ещё с давних времен пользуются традиционной моделью рациона питания на острове, наслаждаются жизнью до глубокой старости. Практически никогда не болеют сердечнососудистыми заболеваниями, и статистика показывает, что из всех исследованных регионов заболевание раком на Крите имеет одно из самых низких показателей. На сегодняшний день исследователи считают, что Критское Питание является оптимальным рационом и драгоценным показателем в нашей жизни, которое сочетает в себе и здоровье и наслаждение. Люди, которые живут на этом острове, с детства учатся уважать натуральные продукты, которые плодит наша матушка Земля, и использовать их жирную основу на кухне: это натуральное виргинское оливковое масло! К тому же, не зря отмечено, что Критяне являются самыми большими потребителями оливкового масла в мире.



Оливковые деревья со времен Иисуса Христа

Миллионы оливковых деревьев от одного края острова до другого создают неповторимый ландшафт из зеленого леса, который идеально приспособился в особых климатических условиях Крита. Деревья, также как и люди на этом острове, наслаждаются не только дневным светом и теплым солнцем, но и морским ветерком летом, дуящим с моря. Здешний микроклимат дарит особые вкусовые качества натуральным продуктам, выращиваемым на острове.

Критский ландшафт уникален. Холмы и горные окрестности сменяются плоскогорьями, разные благоухающие травы растут везде, рядом с оливковыми деревьями. Да и сами оливковые деревья считаются памятниками природы, растущие тысячи лет с давних времен, есть даже со времен Иисуса Христа деревья, которые и до настоящего времени плодоносят.



Торгово-Промышленная Палата г. Ираклион
Направление Критского Оливкового Масла

Ул. Коронеу 14, 71202, г. Ираклион, о. Крит
Тел. +302810247036-39 - Факс. +302810247043 - info@ebeh.gr

www.cretan-oliveoil.gr



"в выпуске этой брошюры принимали участие Европейский Фонд Развития и Национальные Ресурсы"

Текст и фотоснимки были предоставлены Никосом и Марией Псилаки.
С: Никос Псилакис,



ОЛИВКОВОЕ МАСЛО

«Жидкое Золото»
Крита





Свидетельства археологии

Критяне больше четырех тысяч лет знают, как культивировать оливковые деревья.

Самое древнее свидетельство культивирования оливкового дерева – это настенные изображения времен Минойской эпохи (Кносский Дворец). Также существуют и множество других показателей. При раскопках на востоке Крита, внутри колодца с водой, была обнаружена уникальная вещь, глиняный кувшин полный до сих пор съедобных оливок. Несмотря на то, что им было 3500 лет, оливки сохранили свою плоть.

Опыт культивирования оливковых деревьев передается из поколения в поколение, также и любовь к оливке, которая отражается в простой форме единственной и уникальной в мире гастрономии.

Секрет здоровья

Во всем мире известно, что критское оливковое масло является настоящим покровителем крепкого здоровья, начиная с сердечных заболеваний, а также диабета и других известных заболеваний. Наиболее интересны новые исследования на основании уже существующих, показывающих, что этот драгоценный сок оливок должен обязательно присутствовать в ежедневном рационе пищи каждого человека.

Потребление оливкового масла вместо другого жирового элемента уменьшает холестериновые отложения LDL в крови, одновременно не уменьшая HDL – хороший холестерин! Параллельно уменьшает и триглицерин в крови.

Исследования 7 стран
Смертность от коронарной
болезни сердца (стенокардия)
На каждые 100.000 / 10 лет



«Люди, которые живут на этом острове, с детства учатся уважать натуральные продукты, которые плодит наша матушка Земля, и использовать их жирную основу на кухне: это натуральное виргинское оливковое масло!»



Натуральный сок оливок

Оливковое масло – это и есть натуральный выжатый сок оливок. Не нужны ни органические растворители, ни химические добавки для производства оливкового масла.

Достаточно только механические приборы для выжима и давления оливок, чтобы получить драгоценные капли золотисто-зеленого цвета нашего сокровища. Раньше для производства оливкового масла использовали каменные мельницы, где дробили оливки, потом прессовали смесь, и получали драгоценный сок оливок. На сегодняшний день используют самые прогрессивные технологии, благодаря которым сохраняется цвет, первостепенный аромат, уникальный вкус, и все микроэлементы в оливковом масле, которые так важны для нашего здоровья.

Количество производимого натурального виргинского оливкового масла на Крите составляет практически 90 %.

Это масло низкого содержания кислотности, богатое натуральными ароматами и уникального вкуса. Ароматические и вкусовые качества критского оливкового масла находятся на вершине пирамиды по качественным продуктам в мире.

