

# LYG MOTINOS PIENAS

*Yra pasaulyje toks kvaišalas, kurio kartą paragavęs negali išsivaduoti. Žalias, tirštas, aromatingas. Jis pilstomas į brangius lyg kvėpalų buteliukus, statomas ant prestižinių gurmanų butikų lentynų ir kiek akis Apeninuose užmato – nuo Palermo iki Milano – brangiai parduodamas. Šio kvaišalo aromatu rudenį svaiginasi visa Italija. Jo vardas – tyras alyvuogių aliejus. Dėl jo atsisakoma kitų prioritetų, dėl jo keliaujama į derlingiausią Italijos salą – Siciliją. Jei Italija liktų be savo žalio lyg smaragdas ir sveiko alyvuogių aliejaus, mirtų. Lyg žindomas kūdikis be motinos pieno.*

**Jurga Jurkevičienė**  
Specialiai „Ievai“, Sicilija



Fontana Salsa ūkio savininkai Caterina Burgarella ir Giancristoforo Galla

Alyvuogių rinkimas



Alyvuogių aliejus



Iš žengus į Sicilijos aliejaus ūkio „FontanaSalsa“ teritoriją nuo ką tik išspausto aliejaus aromato apsvaigsta galva. Jėgos ir mintys apleidžia, norisi uostyti, ragauti, tepti veidą, įmerkti rankas, pasinerti. Ir pajusti su niekuo nepalyginamą dvasios palaimą.

Žalias lyg smaragdas aliejus dvelkia šviežia, ką tik nušienauta žole, migdolais, bazilikais ir pomidorais. Vaikystės kvapai ir močiutė rankomis.

Sicilijos ūkio „FontanaSalsa“ savininkė 73-ėjų Caterina Burgarella nė kiek neįsiseidžia, kad jos gaminamą produktą enogastronominiame „GranVia“ Sicilijos aliejaus ture dalyvaujantys žurnalistai vadina „droga“ – it. kvaišalais. Toks šis Sicilijos aliejus intensyvus, įvairiaspalvis, nepalyginamas su kitų šalių, net kitų Italijos regionų, aliejais. Lyg ką tik pievoje surinkta šviežutėlė gėlių puokštė.

Asociacija su „droga“ žmogaus kasdienybėje turi ir teigiamą prasmę – juk Italijoje priklausomybė išsivysto nuo produkto, kuris ne naikina, o verčia žmogų atgimti. Apeninų kraštas nė nebando neigti esąs priklausomas. Jis tuo didžiuojasi. Visa Viduržemio jūros dieta lyg mirazžas išnyktų, jei neliktų tyro alyvuogių aliejaus.

Kad ką tik išspaustas alyvuogių aliejus yra gyvybės elksyras, sicilietė C. Bur-

garella suprato dar būdama jauna. Per gastronomicinį turą lydėdama Sicilijos saloje viešinius žurnalistus į savo stebuklų sodą – alyvuogių giraitę – ji pasakoja savo gyvenimo istoriją. Kaip pradėjo alyvuogių aliejaus verslą, kaip jos vadovaujama bendrovė „FontanaSalsa“ tapo vienu garsiausių, gausybe premijų Sicilijoje, Italijoje ir pasaulyje apdovanotu aliejaus ūkiu.

„Mes su vyru nesame sirgę rimtomis ligomis“, – teigia moteris ir apkabina panašaus amžiaus vyrą Giancristoforo.

Panašiai, o gal dar labiau nei savo vyrą moteris įsimylėjusi alyvuogių giraitės senbuvį – 800 metų alyvmedį. Šį medį tikrai galima įsimylėti. Į jo kamieną galima žiūrėti valandų valandas. Norisi eiti aplink storą tvirtą jo liemenį, liesti ilgą, švelniai nulinkusią šaką, aksominę žalią alyvuogę. Lyg į kokį muziejaus eksponatą kasdien į medį spokso ir galvas iš nuostabos kraipo turistai, į ūkį „FontanaSalsa“ atvykę iš viso pasaulio – Japonijos, JAV, Rytų Europos. Išretėjęs, lyg gyvatė išsiraičiusiu daugialypiu kamieniu alyvmedis laiko gausybę alyvuogėmis apkibusį šakų ir su malonumu pozuoja nepasiduodamas metams. Palietęs kamieną jauti jo jėgą, tvirtybę. Apima dvasios ramybė. Po jo šakomis norisi būti kuo ilgiau ir vėl čia grįžti. Kažin kiek šis medis dar gyvuos? – fotografuo-

Jurgos Jurkevičienės nuotr.

dami italų ilgaamžiškumo simbolį svarsto Argentinos, Brazilijos, Irano, Švedijos, Prancūzijos žurnalistai.

Ūkio „FontanaSalsa“ alyvuogių aliejų šiandien gerai pažįsta visa Sicilija, ponios Caterinos aliejui lenkiasi garsiausi Milano gurmanų butikai ir restoranai. Aliejaus ūkio savininkė pasakoja, kad jos išspaustas „Olio novello“ (it. naujas sezono aliejus) jau puikuoja Milane ant lentynų. Visi jo geidžia ir nesvarstydami traukia pinigine: juk du rudens mėnesius tyros alyvuogių sultys tampa stebuklinga vakcina nuo gausybės ligų. Todėl jo stengiamasi suvartoti kuo daugiau. „Olio novello“ esantys polifenoliai ir antioksidantai atkuria pažeistas organizmo ląsteles, saugo nuo uždegimo, prisotina organizmą vitaminų E, A. Tai jau ne maistas, o tikrų tikriausi vaistai.

Ir štai naujas dietologų atradimas – alyvuogių aliejus užkerta kelią Alzheimerio ligai, nes išvalo arterijas. Ar tik ne dėl šios priežasties Italijoje pastaroji liga yra reta, nors italai – ilgaamžiai?

Tyro alyvuogių aliejaus veiksmingumas nėra reklamos triukas – tai įrodo C. Burgarellos gyvenimo istorija. Moteris 25 metus dirbo pediatre, o vėliau pasuko į aliejaus verslą ir įrodinėja, kad alyvuogių aliejus savybėmis prilygsta

*Du rudens mėnesius tyros alyvuogių sultys tampa stebuklinga vakcina nuo gausybės ligų. „Olio novello“ esantys polifenoliai ir antioksidantai atkuria pažeistas organizmo ląsteles, saugo nuo uždegimo, prisotina organizmą vitaminų E, A. Tai – jau ne maistas, o tikrų tikriausi vaistai*

motinos pienui. Gydytoja siūlo motinoms nuo ketvirto mėnesio kūdikiams pilti alyvuogių aliejaus į košytes. Ji įsitikinusi, kad aliejus kūdikius saugo nuo infekcijų, stiprina imuninę sistemą, skatina apetitą ir medžiagų apykaitą.

Sicilietei pediatrei net šovė į galvą mintis išpilstyti tirštą ką tik išspaustą skystį į buteliukus, skirtus specialiai tik vaikams ir kūdikiams. Tačiau įtakingos Italijos valstybės struktūros tam prieštaravo ir reikalavo įvairių pažymėjimų, kad aliejuje



tikrai gausu specialiai kūdikiams skirtų medžiagų. Šiandien liūdnei prisimindama karčią patirtį C. Burgarella pasakoja, kad pirmąjį savo aliejų ji pardavė ne tėvynėje. Apsilankę ūkyje „FontanaSalsa“ japonai buvo priblokšti alyvmedžių giraitės žavesio, nufilmavo aštuonis šimtmečius išgyvenusį ir dar vis derlių duodantį medį, paragavo moters spaudžiamo produkto ir pakvietė jo nuvežti į Japoniją. Pirmasis „FontanaSalsa“ aliejus buvo parduotas Japonijoje televizijos laidos metu. Tada sicilietės talentui nusilenkė ir tėvynė – Italija.

Lapkritį į Sicilijos ūkininkės valdas suka profesionalūs aliejaus degustotojai, žurnalistai. Jie ragauja ką tik išspausť aliejų, ieško trūkumų, vertina.

„TonatanaSalsa“ spaudžia tyrą alyvuogių aliejų iš trijų populiariausių Sicilijos alyvuogių – biancolilla, cerasuola, noccellara.

40 hektarų žemės išauginta 8 tūkstančiai alyvmedžių.

Sicilijos sala visada garsėjo kaip geriausių tyrą alyvuogių aliejų spaudžianti šalis, ūkis „FonataSalsa“ – vienas pirmaujančių iš Italijos

aliejaus ūkių. Nuo ko priklauso aliejaus kokybė? Už Italijos ribų sklinda mitai apie šaltuoju būdu išspausť aliejų. Ar būtinai jis yra kokybiškas?

„Subrendusios alyvuogės turi būti nuskintos, išvalytos ir išspausťos per 24 valandas, – aiškina sicilietė. – Geras aliejus – tai vienos rūšies tam tikros teritorijos išspausťas alyvuogių aliejus. DOP (it. Denominazione Irigine Protetta) – teritoriją žymintis ženklas.“

Pasak C. Burgarellos, tik toks alyvuogių aliejus turi teisę užimti vietą ant italų stalo. Kuo šviežesnės alyvuogės, tuo daugiau jame sveikatai naudingų medžiagų – polifenolių, antioksidantų ir vitaminų, tuo puikesnis aliejus.

Dar visai neseniai į alyvuogių aliejų buvo žvelgiama skeptiškai. Jis laikytas vienu iš augalinių riebalų, niekuo neišsiskiriančiu iš kitų maisto produktų. Tačiau dalyvaujant naujo alyvuogių aliejaus degustacijose lengva suprasti, kuo skiriasi įprastas aliejus nuo ką tik išspausťų alyvuogių sulčių.

„Olio Novello“ ragavimas tampa švente vietos ūkininkams, apylinkių gyventojams, kurie savo stalo neįsivaizduoja be sveikatai ir ilgaamžiškumą užtikrinančio produkto.

Degustuojamas aliejus įvertinamas akimis, nosimi ir burna. Į taurę supiltas žalias skystis palaikomas tarp delnų. Jis specialiai sušildomas, kad aromatas

taptų stipresnis. Vėliau žalias skystis pavartomas taurėje, tokiu būdu įvertinamas jo tirštumas ir skaidrumas. Taurelė būtinai turi būti mėlynos spalvos, neperšviečiama. Ūkyje „FontanaSalsa“ degustuojamas biancolilla aliejus burnoje sukelia malonų švelnų pojūtį, nors kanda gerklę. Lengva pajusti nušienauto lauko, migdolų aromata. O iš cerasuola alyvuogių išspausťo aliejaus skonis – tvirtesnis, dvelkia vaisių, daržovių aromatais. Noccellara aromatas – vienas ryškiausių, ragaudamas gali net užsikosėti, taip stipriai jis jaudrina gerklę.

Aliejaus aromatas priklauso nuo to, per kokį laiką nurenkamos alyvuogės. Kuo trumpesnis laikas, tuo ryškesnis aromatas. Aliejaus skonis nuo gomurio dingsta sukramčius obuolio skiltelę arba gurkštelėjus vandens.

Degustotojai ir aliejaus ekspertai labiau vertina spalvingesnį, aitresnį aliejų, aitrus skonis labiau dirgina ir gomurį.

Italai akylai seka aliejaus šviežumo laiką, nurodytą etiketėje ant butelio. Pagal prosenelių tradicijas vieną kartą atkimštas butelis turi būti

suvartotas per keturias penkias dienas ir laikomas tamsioje vietoje kambario temperatūroje. Todėl neverta piktintis aliejumi, kurį atkimšote prieš mėnesį ir kartkartėmis užpilate ant salotų – jis gerųjų maistinių savybių jau nebeturi. Tai – tik paprastas riebalas, kad ir kokia būtų didelė butelio kaina.

C. Burgarellos „Olio novello“ paragavusiems žurnalistams tampa aišku, kodėl žalias skystis tapo ne tik italų gerovės, sotumo, sveiko gyvenimo simboliu, bet ir kultūros paveldu bei pasididžiavimu. Nes tai – tautos sveikata.

Dar visai neseniai Sicilija buvo mafijos žemė. Apie tai kaskart atvykus į šią salą primena Palermo oro uosto „Falcone – Borsalino“, kurio papėdėje buvo žiauriai nužudyti du Sicilijos prokurorai, pavadinimas.

Sala dar nepamiršo niūrios praeities, bet šiandien Sicilija – ne mirties, o gyvybės žemė. Žalias tirštasis skystis suvienijo žmones, privertė net išpuikusį Milaną nusilenkti protėvių tradicijoms. Priviliojo turistų. Šiandien aliejus karaliauja ant viso pasaulio sveikuolių stalo.

„FontanaSalsa“ C. Burgarella už sėkmingą savo verslą turi nulenkti galvą japonams, kurie išgarsino jos aliejų, vis dėlto be galo mylėdama savo žemę – gimtąją Siciliją – pamiršo nuoskaudas. Atleido, kuria ir dalija žmonėms neįkainojamą gyvybės eliksyrą – tyrą alyvuogių aliejų. ■

## *Naujausias dietologų atradimas – alyvuogių aliejus užkerta kelią Alzheimerio ligai, nes išvalo arterijas*