

Perché scegliere l'olio extra vergine di oliva invece dell'olio di girasole?

Secondo il dott. Antonino Cappello, Dirigente Responsabile Soat di Castelvetro, in provincia di Trapani – Sicilia, la differenza tra l'olio di semi di girasole ed extra vergine di oliva è notevole.

"L'olio extravergine di oliva è un prodotto naturale ottenuto dalla spremitura meccanica delle olive, senza aggiungere nulla, **invece il processo di estrazione dell'olio di semi di girasole avviene utilizzando** solventi chimici, prodotti **in laboratorio**". Queste sostanze chimiche possono danneggiare la salute, secondo la specialista italiano.

Dott. Antonino Cappello spiega anche che l'olio migliore **per la salute è quello** extra vergine, che rappresenta il massimo. In questo contesto **nasce** l'olio extravergine di Sicilia.

C'è anche un tipo di olio che deve essere evitato: olio di sansa di oliva.

Questo olio non è di qualità perché è fatto dal residuo che rimane dopo la spremitura a freddo di olive solo con mezzi meccanici, è fondamentalmente il prodotto ultimo, spiega Giuseppe Cipro, agronomo da Soat di Gibellina – Trapani.