

D'où viennent vraiment

Très répandues grâce à la mode du régime crétois, les huiles d'olive ne



Les Suisses aiment le Sud... dans leur assiette. Depuis que des études scientifiques ont, dès les années 1990, vanté les bénéfices du régime crétois, les ventes d'huile d'olive ont explosé. En 2007, près de 12 000 tonnes de cet or vert en bouteille ont été importées. Un marché juteux pour les distributeurs. Mais ne comptez pas sur eux pour vous aider à y voir clair. Sept huiles d'olive extravierge de moyenne gamme ont été testées. Leur prix au litre varient entre 7 fr. 50 et 19 fr. 30.

Si l'on peut se douter que les oliviers sont cultivés dans le sud de

l'Europe, il est difficile d'identifier la provenance exacte du produit d'après son emballage. Mais les analyses sont formelles: l'huile d'olive de la marque française Puget vient en fait d'Espagne, de même que l'Olio Extra Vergine di Oliva de la marque Sasso portant la mention «imported from Italy».

Pour ce qui est de la marque florentine Carapelli, les experts hésitent entre une origine italienne et espagnole. Cette huile est probablement un mélange. Mais ces trois cas ne constituent pas une tromperie. En effet, une provenance vague

(de type «Union européenne» ou «bassin méditerranéen») permet aux fabricants de procéder à des mélanges de différentes huiles en fonction de la disponibilité des récoltes.

A force de vouloir rester dans le flou, les huiles d'olive de notre test manquent un peu de caractère, au dire de nos dégustateurs. Leur goût varie entre le «fruité moyen» et le «fruité léger», sans afficher la typicité d'un terroir particulier.

Coop écope de la dernière place!

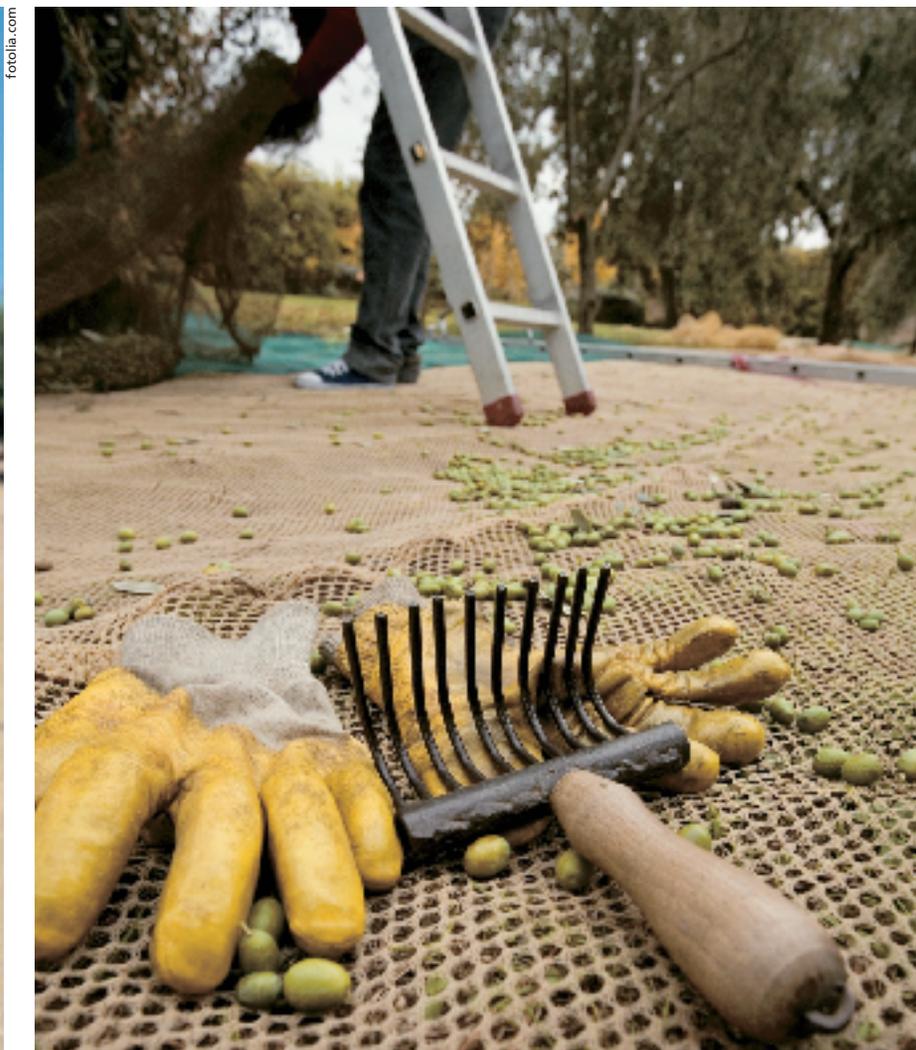
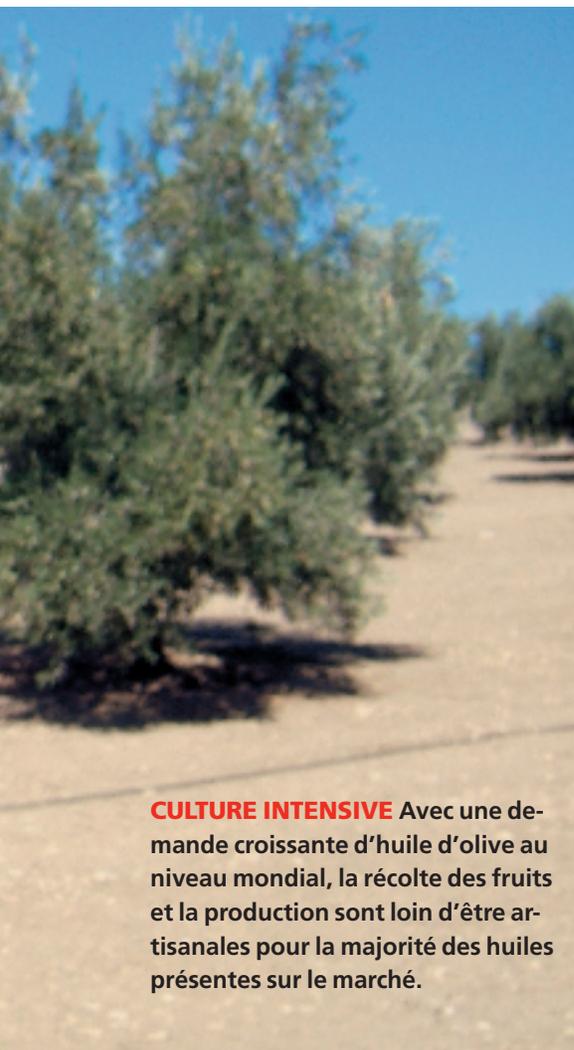
Une seule huile, celle de Coop, a divisé le jury d'experts. Un des deux



les huiles d'olive?



ne sont pas toujours ce qu'elles prétendent être... et notre test le prouve.



CULTURE INTENSIVE Avec une demande croissante d'huile d'olive au niveau mondial, la récolte des fruits et la production sont loin d'être artisanales pour la majorité des huiles présentes sur le marché.

panels du comité oléicole international lui a en effet trouvé un goût «chômé» résultant de la fermentation des olives avant le pressage. Un jury restreint a ensuite confirmé cette évaluation et, par consensus, les experts ont donc estimé que cette huile ne méritait pas son appellation «extravierge». En effet, même si les analyses chimiques sont bonnes, les jurys considèrent que cette huile présente trop de défauts. Contactée par la FRC, Coop assure avoir mandaté deux membres du panel suisse d'huile d'olive, qui n'y trouveraient rien à redire.

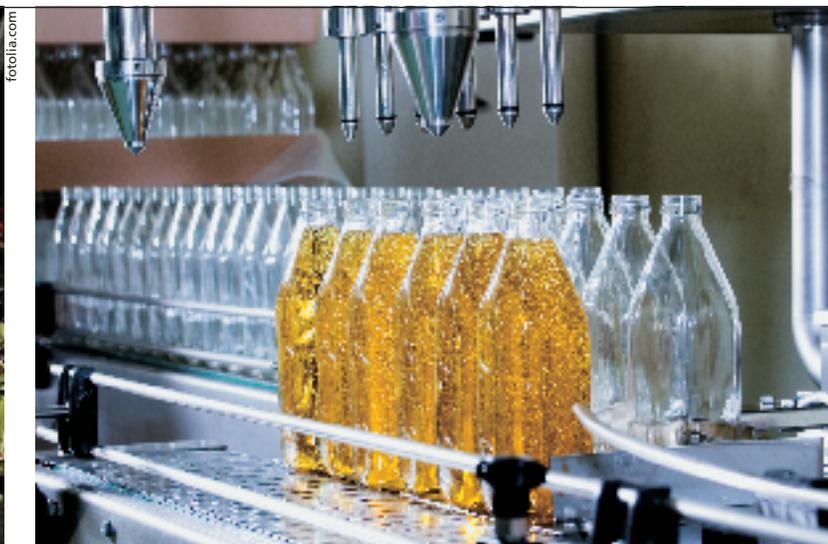
Quoi qu'il en soit, pour un prix équivalent, des dates de péremption similaires et des résultats chimiques meilleurs, l'huile Suprema de Migros a convaincu tous les experts de son goût «extravierge».

Un petit tour en Provence

La France produit 4500 tonnes d'huile d'olive par an, écoulées par la vente directe au moulin ou dans les commerces spécialisés. Pourtant, de 3000 à 4000 tonnes sont aussi vendues chaque année sur les marchés de Provence... Cherchez l'erreur!

Nos confrères de *Que choisir* ont analysé 12 huiles provenant des marchés (Orange, Arles, Avignon, etc.), et leur constat est affligeant: une seule huile testée est vraiment locale, toutes les autres étant espagnoles ou non identifiables. Pis, la qualité même des huiles laisse à désirer, puisqu'une seule huile est classée dans la catégorie «vierge extra», et que deux sont carrément caractérisées de «lampantes», c'est-à-dire tout juste bonnes pour les lampes à huile! Les huiles des marchés français sont donc moins bonnes que celles des supermarchés.

Huma Khamis



GOÛT De la récolte à la mise en bouteilles, la production doit être soignée pour que l'huile garde sa saveur.

Protocole de test **Quand la chimie rencontre le goût**

L'acidité oléique reflète la qualité des fruits à la récolte ou les conditions de stockage avant d'en extraire l'huile. Certaines variétés d'olives de moins bonne qualité confèrent aussi une teneur forte en acide oléique.

L'indice de peroxyde donne, quant à lui, une idée du temps écoulé entre la récolte et l'extraction. Si ce délai est trop long, l'huile aura un goût rance. Ce critère permet aussi d'évaluer les conditions de stockage de l'huile

avant l'embouteillage. Si l'indice est bon, l'huile se conservera de un an à un an et demi. **L'absorbance UV** traduit la fraîcheur de l'huile au moment de l'achat. On compare cette valeur avec les dates limites de péremption. On saura ainsi si l'huile conservera ses propriétés gustatives jusqu'à la date limite d'utilisation. Un profil des acides gras obtenu par analyse chimique permet de déterminer la provenance et l'authenticité

de l'huile, et donc **sa typicité**. Enfin, **la dégustation** par un jury appartenant au Conseil oléicole international fait partie intégrante des critères de qualité. Cette évaluation organoleptique se base sur la réglementation européenne CE No 796/2002 du 6 mai 2002. Pour chaque huile en test, deux tests de panel ont été sollicités. En cas d'avis discordant, un troisième laboratoire permet de trancher.

H. K.

					
		SUPREMA (Migros) Huile d'olive extra vierge	PUGET DOUCE Huile d'olive vierge extra Olives Jeunes	SASSO Olio Extra Vergine di Oliva	PUGET Huile d'olive vierge extra, extraite à froid
PRIX AU LITRE		7 fr. 50	19 fr. 30	15 fr. 90	19 fr. 30
ANALYSES CHIMIQUES (50%)	Acidité oléique	+	●	●	●
	Indice de peroxyde	+	■	■	●
	Absorbance UV (K232)	●	■	■	■
	Typicité	Espagne	Espagne	Espagne	Espagne
TEST SENSORIEL (50%)	Classification panels tests	Vierge extra	Vierge extra	Vierge extra	Vierge extra
	Type de fruité	fruité moyen	fruité moyen, douce	fruité moyen	fruité moyen, plus d'amertume et de piquant que la référence «douce»
	Dégustation	●	●	●	●
APPRECIATION GLOBALE		72,96%	66,48%	66,44%	64,85%

*Chômé: goût dû à la mauvaise conservation des olives avant le pressage.

Fruitée, l'huile

Le goût de l'huile d'olive dépend aussi du terroir et des variétés d'olives. Comme pour le vin, le vocabulaire inhérent à l'huile d'olive est varié, faisant référence tantôt à l'herbe coupée ou à l'artichaut, tantôt aux agrumes ou à l'amande. Et comme pour le vin, cela vaut la peine de goûter avant de choisir. En optant pour une huile avec une appellation d'origine protégée (AOP, il en existe huit en France), on aura affaire à un produit ayant plus de caractère. Petit glossaire pour y voir clair.

FRUITÉ VERT, FRUITÉ MÛR ET FRUITÉ NOIR La maturité de l'olive au moment de la récolte donnera des saveurs différentes. En début de saison, les olives vertes confèrent à l'huile un goût « piquant » ou « ardent », plus aromatique que celui des olives mûres, qui la rendent plus douce. Les olives noires donnent une huile plus rare dont le goût reste plus longtemps en bouche. En fait, olives vertes et noires ne sont pas deux espèces différentes: les olives vertes ne sont pas encore tout à fait mûres, alors que les olives noires ont subi une fermentation contrôlée.

HUILE EXTRAVERGEE OU VIERGE Ce sont des purs jus d'olive obtenus par des procédés mécaniques de pression à froid. L'extravierge est une huile dont l'acidité oléique est basse. La présence de légers défauts (goût rance, moisi ou chômé) ainsi qu'une acidité oléique variant entre 0,8 et 2% caractérisent l'huile vierge. Viennent ensuite les huiles lampantes, impropres à la consommation.



ARC/Jean-Bernard Sieber

FRAÎCHEUR L'huile d'olive est prisée pour son goût mais aussi pour ses qualités nutritives.

HUILE RAFFINÉE C'est une huile extraite à chaud ou par solvant chimique, parfois mélangée à des huiles vierges. Peu onéreuse à la production, elle convient pour la cuisine. Ses propriétés nutritives (teneur en oméga 3 par exemple) sont moins intéressantes que celles des huiles extraites à froid.

HUILE DE GRIGNON D'OLIVE Derrière cette expression bucolique se cache en fait une huile extraite par solvant chimique parfois mélangée à de l'huile vierge. Bonne pour la cuisine, elle n'a pas grand intérêt gustatif.

H.K.

CARAPELLI Firenze, huile d'olive vierge extra classique	MONINI Olio Extra Vergine di Oliva, Classico Sapore Equilibrato	COOP Huile d'olive extra vergine pressée à froid
19 fr. 30	14 fr. 20	7 fr. 50
●	●	●
●	●	●
●	■	●
Italie ou Espagne	Italie	Espagne
Vierge extra	Vierge extra	Vierge
fruité moyen	fruité léger	défaut majeur: chômé*
■	■	▲
62,81%	62,07%	40%

Le saviez-vous?

■ La mention « pression à froid » est un pur argument de marketing. Si autrefois on extrayait une partie de l'huile au moyen d'eau bouillante, les méthodes modernes ne nécessitent plus cette étape. Toutes les huiles d'olive vierges et extravierges sont donc extraites à froid.

■ Dès 70 degrés, l'huile d'olive perd une partie de son arôme. Mieux vaut donc utiliser des huiles plus passe-partout pour la cuisine et la friture.

■ L'huile d'olive est réputée pour limiter les effets du mauvais cholestérol dans le sang. D'où le succès du régime crétois.