



Nicht das Feinste vom Feinen

Olivenöle Sie nennen sich nativ extra, doch nicht alle 28 Olivenöle im Test verdienen diesen Namen. Sechs Olivenöle sind „mangelhaft“ – fast alle schmecken ranzig. „Gut“ sind am Ende nur vier.

Die Olivenhaine von Kalabrien, im Süden des italienischen Stiefels gelegen, sind Heimat des besten Olivenöls im Test. Jenes *Olivo extra vergine d'oliva*, wie die Italiener die höchste Güteklasse nativ extra nennen, kommt von der italienischen Feinkostmarke LaSelva. Unsere geschulten Verkoster beschrieben es als mittelfruchtig, leicht bitter und mittelscharf. Es war gut ausgewogen im Geschmack, und dieser hielt lange an. Neben dem Bio-Olivenöl LaSelva erreichen nur noch drei weitere native Olivenöle extra das test-Qualitätsurteil „gut“: Cucina von Aldi (Süd), Gaea und das Aktionsangebot Italiamo von Lidl.

Die sechs „Mangelhaften“

Um ein Olivenöl der Spitzenklasse nativ extra zu werden, braucht es viel, zunächst einmal frisch geerntete, einwandfreie Oliven. Das Öl darf nur mit mechanischen Verfahren gewonnen werden. Wärmezufuhr ist generell tabu. Auch nicht erlaubt bei nativem Olivenöl extra sind Geruchs- und Geschmacksfehler. Das Öl muss ein Mindestmaß an Fruchtigkeit haben. So schreibt es die EU-Olivenöl-Verordnung vor.

Sechs Öle halten diesen strengen Kriterien jedoch nicht stand: Oliveira da Serra von Aldi (Nord), A&P von Kaiser's Tengelmann, K Bio von Kaufland, Belluccino von Norma, San Centino und Baktat. Bei ihnen stellten die Prüfer sensorische Fehler fest, wie zum Beispiel „ranzig“, „stichig-schlammig“ oder „roh“. Solche Fehler können entstehen, wenn die Oliven vor dem Pressen beschädigt waren, zu lange oder falsch gelagert wurden. Wird aus diesen Früchten gewonnenes Öl dann Luft und Licht ausgesetzt, kann es bis hin zur Ranzigkeit oxidieren.

Alle sechs Öle sind „mangelhaft“. Fünf von ihnen dürften nur als „natives“ Olivenöl verkauft werden, Baktat dürfte gar nicht über den Ladentisch gehen. Es hat nur „Lampant“-Qualität (siehe Glossar S. 20).



Teuerstes Öl kostet 57 Euro pro Liter

Die übrigen Olivenöle erweisen sich als Durchschnittsware: Gleich 15-mal heißt es „befriedigend“, 3-mal „ausreichend“. Meist sind Geruch und Geschmack nur Mittelmaß. Und falsche oder fehlende Angaben auf den Etiketten führen zu schlechten Noten in der Deklaration. Auf dem Etikett muss zum Beispiel stehen: „Erste Güteklasse – direkt aus Oliven ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen“. Um die Öle vergleichbar zu machen, ist das EU-weit so vorgeschrieben. Das fehlte beim teuersten Öl im Test, dem Tropföl Roi Carte Noire, das über das Feinschmecker-Magazin für 57 Euro pro Liter bestellt werden kann. Auch darum kommt das Tropföl insgesamt nur auf „Befriedigend“. Schade, denn die sensorische Qualität ist „gut“. Auch beim fast genauso teuren Herdade dos Grous, ebenso über den Feinschmecker zu beziehen, hapert es an der Deklaration.

„Befriedigende“ Olivenöle gibt es im übrigen auch für deutlich weniger Geld. Um ein Vielfaches günstiger sind Casa Morando von Aldi (Nord) sowie Real/Tip für je 3,45 pro Liter. Überhaupt kaufen die Deutschen einen Großteil des Olivenöls bei den Discountern ein und greifen dafür auch mal tiefer in die Tasche, etwa für das „gute“ Italiano von Lidl für 12 Euro pro Liter. Landesweit werden schätzungsweise 50000 Tonnen Olivenöl pro Jahr verkauft.

Fast alle sind mittelfruchtig

Nur geschulte, trainierte und offiziell anerkannte Prüfpersonen dürfen Olivenöl der obersten Güteklasse sensorisch beurteilen. Genauer gesagt, es müssen Olivenöl-Panels sein. Das sind Gruppen von acht bis zwölf dieser Prüfpersonen. Obwohl in Deutschland keine Olivenbäume wachsen, gibt es auch hier drei solcher Panels. Sie bewerten die Güteklasse und ob ein Olivenöl leicht, mittel oder intensiv bitter, scharf und fruchtig ist. Von den Olivenölen im Test

sind 20 mittelfruchtig und 2 leicht fruchtig: Eden und Sasso. Alle Olivenöle sind leicht bis mittel bitter, scharf kommt in allen Intensitäten vor.

Olivensorte und Reifegrad der Oliven bestimmen, wie bitter ein Olivenöl schmeckt. Grün geerntete Oliven und manche Sorten machen ein Olivenöl scharf. Die Schärfe ist über ein leichtes Brennen am Gaumen zu spüren. Sie wird mit zunehmendem Alter des Öls schwächer. Groß ist die Vielfalt der fruchtigen Noten, sie können an frisch geschnittenes Gras, Nusskerne oder gekochtes Gemüse erinnern. Wie bei Wein entscheiden Sorte, Klima, Boden, Reifegrad und Verarbeitung über die Fruchtigkeit.

Keine Weichmacher, aber PAK

Erstmals seit fünf Jahren fanden wir keine Weichmacher mehr in den Olivenölen. Unsere letzten Tests schlugen hohe Wellen, da wir unter anderem DEHP nachgewiesen hatten, das im Tierversuch fortpflanzungsschädigend wirkt (siehe test 10/05, 1/06, 5/06). Seitdem haben die Olivenölproduzenten das Problem wohl in den Griff bekommen, auch wenn unklar bleibt, wie ▶

Unser Rat

Testsieger ist das Bio-Olivenöl der italienischen Feinkostmarke **LaSelva**, das mit 19,30 Euro pro Liter zu den teureren gehört. Das günstigste „Gute“ kommt von **Aldi (Süd): Cucina** kostet 6 Euro pro Liter. Ihm folgt **Italiano** von **Lidl**, ein weiteres Discounteroil für 12 Euro pro Liter. Auch „gut“ ist **Gaea**, ein Öl aus Griechenland, das nach reifen Früchten riecht und schmeckt (16 Euro pro Liter). Mit 3,45 pro Liter sehr günstig, aber nur „befriedigend“: **Casa Morando** von **Aldi (Nord)** sowie **Real/Tip**.

Tipps

Braten und Frittieren. Olivenöl der höchsten Güteklasse eignet sich gut zum Braten und Frittieren. Der Test belegt: Alle Öle sind hitzestabil. Sie haben die 16 Stunden bei 175 Grad gut überstanden. Wie andere Öle sollte auch Olivenöl vorsichtshalber nicht über 175 Grad erhitzt werden. So kann sich im Gebratenen oder Frittierten weniger Acrylamid bilden.

Nachspeisen und Kuchen. Olivenöl bietet sich auch als Zutat für Nachspeisen, Eis, Fruchtsalate, Kekse und Kuchen an. Da es flüssig ist, vermischt es sich gut mit Teig und macht ihn locker. Es kann Butter oder Margarine zum Teil ersetzen.

Mild und intensiv. Feinschmecker haben mehrere Olivenöle: Zum Grillen und Schmoren von Fleisch oder Gemüse eignen sich kräftige Öle mit bitteren und pfeffrigen Noten. Das gilt auch für Salate, die dann weniger Gewürze brauchen. Für Nachspeisen und Kuchen eignen sich milde Olivenöle ohne Bitternoten. Sehr fruchtige hingegen verfeinern zum Beispiel Fischgerichte und Schafkäse.

Flaschen und Beutel. Olivenöl immer kühl und dunkel lagern. Praktisch sind dunkle Glasflaschen. Ideal sind Schlauchbeutel (Bag-in-Box, 3 Liter), die man bisher nur aus dem Urlaub mitbringen kann. Hier kommt Öl nicht mit Licht und Luft in Kontakt.

Olive und Raps. Trotz aller Vorzüge des „grünen Golds“ sollten in der Küche auch andere Öle zum Einsatz kommen, vor allem Rapsöl, dessen Fettsäuremuster nahezu perfekt ist.



Ernte und Verarbeitung: Der Erntezeitpunkt ist entscheidend. Die Oliven werden vorsichtig abgestreift oder in Netzen aufgefangen (ganz links). Sie dürfen nicht verletzt und müssen schnell verarbeitet werden. Steine und Äste werden aussortiert (links). Die Oliven werden mit den Kernen mechanisch gepresst. Das frische Öl ist trüb, oft kräftig grün und kann bitter, scharf schmecken.





Weichmacher im Olivenöl landeten. Mögliche Ursachen waren Schläuche beim Abfüllen oder Transportbänder. Schadstofffrei sind die Olivenöle dennoch nicht. Wir wiesen in allen polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK) nach, wenn auch in unbedenklichen Mengen. PAK gelangen etwa über Abgase von Diesel-Fahrzeugen in die Oliven und ins Öl. Bei Baktat fanden wir Benzo(a)pyren, einen kritischen PAK-Vertreter, der auch als krebserregend gilt. Die Menge betrug ein Fünftel des Grenzwerts von zwei Mikrogramm pro Kilogramm.

Von der Mittelmeerkost abgeschaut

Gourmets sehen im Olivenöl mehr als eine Zutat für Salate. Sie huldigen dem „grünen Gold“ geradezu wie einem guten Wein, schwören auf sein Aroma, seine Vielfalt und setzen es bewusst als kulinarisches Highlight ein. Olivenöl ist aber auch in der Küche als Allzweck-Öl gut geeignet: sei es zum Braten, Frittieren oder Backen. Dass Olivenöl gesund ist, weiß man spätestens,

seit Experten den mediterranen Lebensstil näher untersucht haben. Es zeigte sich, dass die niedrigeren Herzinfarkttraten rund ums Mittelmeer auch mit dem hohen Konsum von Olivenöl zusammenhängen. Ein Grieche verzehrt etwa 18 Liter im Jahr, ein Italiener 11, ein Deutscher hingegen nur rund 1 Liter. Von Mitte der 1980er Jahre bis 2002 förderte die EU den Olivenölkonsum über Kampagnen. Bis heute subventioniert sie den Olivenanbau und die Ölproduktion.

Nur Rapsöl ist noch gesünder

Olivenöl besteht zu Dreiviertel aus einer einfach ungesättigten Fettsäure, der Ölsäure. Sie kann helfen, die negative Cholesterinfraktion im Blut, das LDL, zu senken – vorausgesetzt die Ölsäure ersetzt gesättigte Fettsäuren in der Nahrung. Zudem erhöht Ölsäure die Insulinempfindlichkeit und wirkt sich günstig auf die Blutgerinnung und vermutlich auch auf den Blutdruck aus. Ein noch günstigeres Fettsäurespek- ▶
Lesen Sie weiter auf Seite 24.

Neue Regeln

Mehr Klarheit für Freunde des Olivenöls

Eine Herkunft oder viele: Auf dem Etikett von „nativem Olivenöl extra“ muss seit Juli 2009 die Herkunft stehen, das heißt, wo die Oliven geerntet und das Öl hergestellt wurde. Zuvor war das freiwillig. Neu ist auch, dass angegeben werden muss, wenn es sich um Mischungen aus Ölen verschiedener Länder handelt. Auf den betroffenen Ölen im Test steht zum Beispiel „aus frischen Oliven verschiedener Anbaugebiete des EU-Mittelmeerraums“ oder „Mischung von Olivenölen aus Italien und Griechenland“. Olivenöle, die vor Juli 2009 hergestellt wurden, dürfen noch ohne Herkunfts-

angabe verkauft werden. Davon gibt es derzeit noch viele im Handel. Dafür geben andere Öle schon lange die Herkunft präzise an und tragen Siegel: Die „geschützte Ursprungsbezeichnung“ garantiert, dass das Öl vollständig in einer bestimmten Region produziert wurde, etwa Terra di Bari in Italien wie bei Cucina von Aldi (Süd), siehe Foto. Bei der „geschützten geografischen Angabe“ gilt das nur für einen Teil der Produktion. Der Nachteil: Im Labor lässt sich derzeit nicht kontrollieren, ob die Herkunftsangabe stimmt.

Grün oder reif: Seit Ende 2008 ist EU-weit auch festgelegt, mit welchen positiven Attributen die Anbieter ihre Olivenöle geschmacklich bewerben dürfen. Das sind „fruchtig“, „bitter“ und „scharf“ in den Intensitäten leicht, mittel, intensiv. Fruchtig kann durch „grün“ oder „reif“ präzisiert werden. Auch „mild“ und „ausgewogen“ sind möglich. Alle Attribute müssen durch ein Olivenöl-Panel überprüft worden sein. Die Zeit der fantasievollen Geschmacksauslobungen ist vorbei, sobald alte Flaschen ausverkauft sind.

Glossar

Alle Güteklassen von Olivenöl sind EU-weit im Detail geregelt.

Nativ extra: Die oberste Güteklasse. Diese Olivenöle müssen in Geruch und Geschmack fehlerfrei sein und ein Mindestmaß an Fruchtigkeit aufweisen. Daneben müssen sie Dutzende chemische Parameter einhalten wie einen maximalen Säuregehalt von 0,8 Prozent. Das Öl wird ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen – ohne Wärmezufuhr.

Nativ: Bei leichten sensorischen Fehlern oder fehlender Fruchtigkeit kann ein Olivenöl nur noch in dieser zweiten Güteklasse verkauft werden.

Lampantöl: Bei starken sensorischen Fehlern wird das Öl als Lampantöl eingestuft. Es ist dann zum direkten Verzehr nicht zugelassen, sondern muss erst raffiniert werden.

Tropföl: Keine Güteklasse, sondern eine Herstellungsart, bei der gemahlene Oliven zwischen Pressmatten geschichtet werden. Öl tropft ab – ohne Druck- und Wärmezufuhr.





test Olivenöle, nativ extra

		LaSelva Bio	Aldi (Süd) / Cucina	Gaea ⁴⁾	Lidl / Italamo ⁵⁾ A	Casa Candiotti ⁶⁾	Kloster Toplou	Olyssos	Rewe / Kloster Toplou
Herkunftsangaben laut Etikett		Aus italienischen Oliven	D.O.P. Terra di Bari - Castel del Monte ²⁾	Produkt aus Griechenland, Lakonia I.G.P. ^{3) 7)}	Aus der italienischen Region Toskana, Toscano I.G.P. ³⁾	100 % italienisches Olivenöl	Kreta Sitia, P.D.O. Sitia-Lasithi-Kreta ^{2) 7)}	Griechisches natives Olivenöl extra ⁷⁾	Region Sitia im Osten Kretas, P.D.O. Sitia-Lasithi-Kreta ^{2) 7)}
Preis in Euro ca. / Inhalt in Liter		9,95 / 0,5 14,50 / 0,75	2,99 / 0,5	8,00 / 0,5	6,00 / 0,5	2,99 / 0,5	2,99 / 0,5	6,00 / 0,5	4,00 / 0,5
Mittlerer Preis in Euro ca. pro Inhalt in Liter ¹⁾		19,30	6,00	16,00	12,00	6,00	6,00	12,00	8,00
test - QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (2,1)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,6)
test-Kommentar		Testsieger und sensorisch bestes Öl. Frisch und gut ausgewogen. Sehr gutes Schadstoffurteil. Vergleichsweise teuer. Mit Biosiegel.	Frisches und gut ausgewogenes Öl mit deutlicher Schärfe. Das günstigste unter den „Guten.“	„Gutes“ Olivenöl. Gut ausgewogen. Laut chemischer Analyse aber bereits Hinweise auf Alterung. Vergleichsweise teuer.	„Gutes“ und gut ausgewogenes Öl, das bei Lidl als Aktionsware angeboten wurde.	Durchschnittliches Öl mit deutlicher Schärfe. Hat das „Gut“ knapp verpasst.	Durchschnittliches Öl. Hat das „Gut“ knapp verpasst.	Durchschnittliches Öl. Hat das „Gut“ knapp verpasst.	Durchschnittliches Öl. Hat das „Gut“ knapp verpasst.
SENSORISCHE QUALITÄT	65 %	gut (1,9)	gut (2,3)	gut (2,4)	gut (2,4)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)
Positive und negative Ausprägungen gemäß Olivenölverordnung		Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, scharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, scharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, leicht scharf.
Zusätzliche Charakterisierung des Gesamteindrucks: Art, Ausgewogenheit und Nachhaltigkeit der positiven Ausprägungen		Grün- und reiffruchtige Note, erinnert an frisch geschnittenes Gras. Gut ausgewogen und lange anhaltend.	Grünfruchtige Note, erinnert an frisch geschnittenes Gras. Gut ausgewogen und lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, gut ausgewogen und lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, erinnert an Nuss-, Mandel- und Pinienkerne. Gut ausgewogen und lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, erinnert an Nuss-, Mandel-, Pinienkerne, reife Früchte. Ausgewogen und noch anhaltend.	Reiffruchtige Note, erinnert an reife Früchte. Ausgewogen und noch anhaltend.	Reiffruchtige Note, ausgewogen und noch anhaltend.	Reiffruchtige Note, erinnert an Nuss-, Mandel- und Pinienkerne. Ausgewogen und noch anhaltend.
CHEMISCHE QUALITÄT	10 %	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,6)	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,3)
SCHADSTOFFE	10 %	sehr gut (0,9)	gut (2,2)	gut (1,9)	gut (2,4)	gut (2,4)	gut (1,7)	befried. (3,4)	gut (1,7)
VERPACKUNG	5 %	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,7)	gut (1,8)	gut (1,9)	gut (1,8)	gut (1,9)
DEKLARATION	10 %	befriedigend (3,2)	gut (2,2)	befriedigend (2,8)	gut (2,5)	befriedigend (2,9)	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,8)
Mindesthaltbarkeitsdatum laut Deklaration		16 11 10	18/08/2010	22/11/10	27/04/2010	08 2010	17/08/10	11.11.2010	10/07/10
Mindesthaltbarkeitsfrist in Monaten lt. Anbieter		18	10 - 8	18	9	10	12	14	300 Tage

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5), **+** = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5), **⊖** = Ausreichend (3,6–4,5).
— = Mangelhaft (4,6–5,5), **A** = Aktionsware.
 Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

1) Aus der kostengünstigsten Angebotsform berechnet.
2) Geschützte Ursprungsbezeichnung. **3)** Geschützte geografische Angabe. **4)** Laut Anbieter inzwischen MHD-Frist auf 13 Monate verkürzt. **5)** Laut Anbieter für weitere Aktionen inzwischen Deklaration und Kapsel geändert.

6) Laut Anbieter ab Dezember 2009 Erntejahr angegeben.
7) Laut Deklaration kalt extrahiert. Modernes Verfahren, bei dem bei maximal 27 Grad Celcius kontinuierlich mithilfe einer Zentrifuge das Öl gewonnen wird.

Anbieter siehe Seite 96.



test Olivenöle, nativ extra

		Le Chiuse fra i Cipressi ³⁾	Aldi (Nord) / Casa Morando	Alnatura Bio	Edeka / Bio Wertkost Bio	Real / Tip ⁷⁾	Bertolli ⁸⁾	Netto Marken-Discount / D.O.P.	Costa d'Oro	Herdade dos Grous ⁴⁾
Herkunftsangaben laut Etikett		Olio Estratto In Italia Da Olive Coltivate in Italia Aro 26	Mischung von Olivenölen aus Italien und Griechenland	Tunesien ¹¹⁾	Aus Kreta, Sitia-Lasithi-Kreta ^{2) 11)}	Verschiedene Anbauggebiete des EU-Mittelmeerraumes	Abgefüllt von Bertolli, Italien	100 % aus italienischen Oliven, D.O.P. Terra di Bari Castel del Monte ²⁾	Verschnitt von Olivenölen aus der Gemeinschaft	Keine Angabe
Preis in Euro ca. / Inhalt in Liter		17,50 / 0,5	2,59 / 0,75	3,95 / 0,5	5,50 / 0,5	2,59 / 0,75	3,25 / 0,5	2,99 / 0,5	7,00 / 0,5	25,00 / 0,5
Mittlerer Preis in Euro ca./Inhalt in Liter		35,00	3,45	7,90	11,00	3,45	6,50	6,00	14,00	50,00
test - QUALITÄTSURTEIL	100 %	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,1)	BEFRIEDIGEND (3,1)	BEFRIEDIGEND (3,2)	BEFRIEDIGEND (3,5)
test-Kommentar		Durchschnittliches, sensorisch „gutes“ Öl. Gut ausgewogen. Sehr gutes Schadstoffurteil. Vergleichsweise teuer. Deklaration nur „ausreichend“: u. a. Herkunft nicht auf Deutsch, keine Lagerempfehlung.	Durchschnittliches, sehr preiswertes und sensorisch noch „befriedigendes“ Öl.	Durchschnittliches Öl. Mit Biosiegel. Deklaration nur „ausreichend“: u. a. nicht zulässige Informationen auf dem Produkt wie die Werbung für „wertvolle Inhaltsstoffe“.	Durchschnittliches Öl mit Biosiegel.	Durchschnittliches, sensorisch noch „befriedigendes“ Öl mit deutlicher Schärfe. Sehr gutes Schadstoffurteil. Sehr preiswert.	Durchschnittliches Öl. Keine Herkunftsangabe – das Abfüllland (Italien) sagt nichts über die Herkunft des Öles aus.	Durchschnittliches Öl mit deutlicher Schärfe. Chemische Qualität nur „ausreichend“, da bereits deutlich oxidativ verändert. MHD-Frist darum zu lang und Deklaration nur „ausreichend“.	Durchschnittliches Öl. Chemische Qualität nur „ausreichend“, da bereits deutlich oxidativ verändert. MHD-Frist darum zu lang und Deklaration nur „ausreichend“.	Zweiteuerstes Öl, im Karton verpackt. Noch „befriedigend“, scharf. Chem. Qualität nur „ausreichend“, da bereits gealtert. Sehr gutes Schadstoffurteil. Deklaration nur „ausreichend“: u. a. keine deutsche Verkehrsbezeichnung.
SENSORISCHE QUALITÄT	65 %	gut (2,2)	befriedigend (3,4)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,4)	befriedigend (3,3)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,3)	befriedigend (3,1)
Positive und negative Ausprägungen gemäß Olivenölverordnung (Fehler sind fett gedruckt)		Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, leicht scharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, leicht scharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, scharf.	Keine Fehler. Noch mittelfruchtig, leicht bitter, leicht scharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, scharf.	Keine Fehler. Noch mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig; leicht bitter, scharf.
Zusätzliche Charakterisierung des Gesamteindrucks: Art, Ausgewogenheit und Nachhaltigkeit der positiven Ausprägungen		Grün- und reiffruchtige Note ⁵⁾ , gut ausgewogen und lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, noch ausgewogen.	Grünfruchtige Note, erinnert an frisch geschnittenes Gras und Nusschalen. Ausgewogen.	Reiffruchtige Note, erinnert an Nuss-Mandel- und Pinienkerne. Ausgewogen.	Reiffruchtige Note, noch ausgewogen.	Grün- und reiffruchtige Note, noch ausgewogen.	Reiffruchtige Note, ausgewogen.	Reiffruchtige Note, noch ausgewogen.	Reiffruchtige Note, ausgewogen.
CHEMISCHE QUALITÄT	10 %	befried. (2,8)	befried. (2,6)	befried. (2,8)	befried. (3,0)	befried. (3,0)	befried. (3,1)	ausreich. (3,7)	ausreich. (3,6)	ausreich. (3,6)
SCHADSTOFFE	10 %	sehr gut (0,8)	gut (2,2)	gut (1,8)	gut (2,4)	sehr gut (1,5)	befried. (2,8)	gut (2,0)	gut (2,1)	sehr gut (0,8)
VERPACKUNG	5 %	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,9)	gut (1,9)	gut (1,8)	befried. (2,7)	gut (2,1)	gut (1,8)	gut (1,8)
DEKLARATION¹⁾	10 %	ausreichend (3,8)*	gut (2,1)	ausreichend (4,0)*	befriedigend (3,5)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,6)	ausreichend (4,0)	ausreichend (4,0)	ausreichend (4,5)*
Mindesthaltbarkeitsdatum laut Deklaration		05.11.10	01.09.2010	11/2010	26-08-2010	10 2010	06 2010	03.2011	20.07.2011	Maio 2010
MHD-Frist in Monaten laut Anbieter		18	10	15	10	20	12	18 - 19	18	Keine Auskunft

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
 ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
 ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
 — = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
 *) Führt zur Abwertung (siehe „Ausgewählt ...“ auf Seite 24).
 A = Aktionsware. MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum.
 1) Deklarationsmängel siehe test-Kommentar.

2) Geschützte Ursprungsbezeichnung. 3) Laut Anbieter inzwischen mit Herkunftsangabe „aus Italien“. 4) Zu bestellen über: Der Feinschmecker. 5) Erinnert an frisch geschnittenes Gras, Nusschalen und unreifes grünes Gemüse.



Maison Strauss ⁹⁾	Roi Carte Noire ⁴⁾	Sasso ⁸⁾ Bio	Penny / Sancho A	Eden	Aldi (Nord) / Oliveira da Serra A	Kaiser's Tengelmann / A&P	Kaufland / K Bio Bio	Norma / Belluccino	San Centino	Baktat
Aus Italien ¹⁰⁾	Ligurien, Argentinata-Tal, D.O.P. Riviera Ligure ²⁾	Aus EU-Herstellung	Spanien	Spanisches Olivenöl ¹⁰⁾	Portugiesisches Olivenöl ¹¹⁾	Frische Oliven verschiedener Anbauggebiete aus dem EU-Mittelmeerraum ¹⁰⁾	100 % italienisch ¹¹⁾	Aus frischen Oliven verschiedener Anbauggebiete des EU-Mittelmeerraumes	Verschiedene Anbauggebiete des EU-Mittelmeerraumes	Mischung von Oliven aus der Gemeinschaft
5,00 / 0,5	28,50 / 0,5	5,00 / 0,5	3,30 / 0,75	5,00 / 0,5	3,50 / 0,5	2,59 / 0,75	3,95 / 0,5	2,59 / 0,75	3,60 / 0,75	3,50 / 0,5 ⁶⁾
10,00	57,00	10,00	4,40	10,00	7,00	3,45	7,90	3,45	4,80	5,35
BEFRIEDIGEND (3,5)	BEFRIEDIGEND (3,5)	AUSREICHEND (3,6)	AUSREICHEND (3,7)	AUSREICHEND (3,8)	MANGELHAFT (5,0)	MANGELHAFT (5,0)	MANGELHAFT (5,0)	MANGELHAFT (5,0)	MANGELHAFT (5,0)	MANGELHAFT (5,2)
Noch „befriedigendes“ Öl wegen „ausreichender“ Deklaration: u. a. zu kleine Schrift, Pflichtangaben nicht korrekt angebracht. Sensorisch aber „gut“. Gut ausgewogen. Sehr gutes Schadstoffurteil.	Teuerstes Öl im Test, einziges Tropföl (siehe Glossar S. 20). Noch „befriedigend“ wegen „ausreichender“ Deklaration: u. a. Pflichtangaben zur Ölkategorie fehlen. Aber sensorisch „gut“. Gut ausgewogen.	„Ausreichendes“ und weniger ausgewogenes Öl. Mit Biosiegel. Deklaration nur „ausreichend“: u. a. unzulässige Werbeaussagen, falsche Nährwertangaben.	„Ausreichendes“ und weniger ausgewogenes Öl. Deutlich scharf. Sehr gutes Schadstoffurteil. Preisgünstig, als Aktionsware angeboren. Schlecht lesbare Deklaration.	„Ausreichendes“ und ungewogenes Öl. Nur leicht fruchtig.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden, da sensorisch fehlerhaft. Gehört in die Güteklasse „nativ“ (siehe Glossar S. 20). Aber sehr gutes Schadstoffurteil. Wurde als Aktionsware angeboten.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden. Gehört in die Güteklasse „nativ“ (siehe Glossar S. 20). Aber sehr gutes Schadstoffurteil.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden, da sensorisch fehlerhaft. Gehört in die Güteklasse „nativ“ (siehe Glossar S. 20). Mit Biosiegel.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden, da sensorisch fehlerhaft. Gehört in die Güteklasse „nativ“ (siehe Glossar S. 20). Aber sehr gutes Schadstoffurteil.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden, da sensorisch fehlerhaft. Gehört in die Güteklasse „nativ“ (siehe Glossar S. 20). Chemische Qualität nur „ausreichend“, da bereits deutlich gealtert.	Darf nicht als „nativ extra“ verkauft werden, da sensorisch stark fehlerhaft. Gehört in die Güteklasse „Lampant“ (siehe Glossar S. 20). Chemische Qualität nur „ausreichend“, da bereits deutlich gealtert.
gut (2,0)	gut (2,2)	ausreichend (3,6) *	ausreichend (3,7) *	ausreichend (3,8) *	mangelhaft (5,0) *	mangelhaft (5,0) *	mangelhaft (5,0) *	mangelhaft (5,0) *	mangelhaft (5,0) *	mangelhaft (5,2) *
Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, leicht bitter, leicht scharf.	Keine Fehler. Leicht fruchtig, mittelbitter, mittelscharf.	Keine Fehler. Mittelfruchtig, mittelbitter, scharf.	Keine Fehler. Leicht fruchtig, leicht bitter, leicht scharf.	Fehlerhaft: stichig, ranzig.	Fehlerhaft: stichig-schlammig, ranzig.	Fehlerhaft: roh, ranzig.	Fehlerhaft: stichig-schlammig.	Fehlerhaft: stichig, ranzig.	Stark fehlerhaft: stichig-schlammig, ranzig.
Grün- und reiffruchtige Note, gut ausgewogen und lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, erinnert an Nuss- Mandel-, Pinienkerne, reife Früchte. Gut ausgewogen, lange anhaltend.	Reiffruchtige Note, weniger ausgewogen.	Grün- und reiffruchtige Note, weniger ausgewogen.	Reiffruchtige Note, aber ungewogen.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.	Nicht bewertet, da sensorisch fehlerhaft.
befried. (3,1)	befried. (2,6)	befried. (3,3)	gut (2,4)	befried. (2,9)	befried. (2,8)	befried. (3,1)	befried. (3,3)	befried. (3,0)	ausreich. (3,7)	ausreich. (3,9)
sehr gut (1,1)	gut (2,0)	gut (2,5)	sehr gut (0,9)	gut (1,8)	sehr gut (1,0)	sehr gut (0,9)	gut (1,9)	sehr gut (1,1)	gut (1,9)	befried. (3,5)
gut (1,8)	sehr gut (1,5)	befried. (2,7)	befried. (2,8)	gut (1,8)	gut (2,1)	gut (1,9)	gut (1,9)	gut (1,8)	gut (1,9)	gut (1,8)
ausreichend (4,5) *	ausreichend (4,5) *	ausreichend (4,5)	ausreichend (4,1)	befriedigend (3,5)	mangelhaft (5,0)	mangelhaft (5,0)	mangelhaft (5,0)	mangelhaft (5,0)	mangelhaft (5,0)	mangelhaft (5,0)
24 02 2011	20 01 11	09/10	12-07-2010	25.11.10	10/2010	31.12.2010	01 07 2010	08 07 2010	24/05/10	02/2011
18	18	18	13	12	10	15	10	10	10	18

6) Außerdem angeboten in 0,75-Liter-Flasche für 4,00 Euro (Basis für den Literpreis).
 7) Laut Anbieter inzwischen Lieferant gewechselt.
 8) Laut Anbieter inzwischen Deklaration geändert.
 9) Laut Anbieter wird das Produkt aus dem Sortiment genommen.
 10) Laut Deklaration kalt gepresst. Traditionelles Verfahren, das nur noch in kleinen Betrieben angewandt wird und bei dem bei maximal 27 Grad Celcius mithilfe hydraulischer Pressen das Öl gewonnen wird.
 11) Laut Deklaration kalt extrahiert. Modernes Verfahren, bei dem bei maximal 27 Grad Celcius kontinuierlich mithilfe einer Zentrifuge das Öl gewonnen wird. Anbieter siehe Seite 96.



trum als Olivenöl hat allein Rapsöl (siehe test 11/09). Es gilt als ideal, kann aber mit der geschmacklichen Vielfalt von nativem Olivenöl extra nicht mithalten.

Nicht nur die Fettsäuren, auch die sekundären Pflanzenstoffe wie beispielsweise Polyphenole machen Olivenöl so gesund, ebenso Tocopherole – besser als Vitamin E bekannt. Viele Studien zeigen, dass sie die Körperzellen gut vor einer Schädigung durch Sauerstoff schützen können.

Mythos und Wirklichkeit

Olivenöl wird nicht nur als Genuss- und Heilmittel, sondern auch als Kulturgut gesehen. Seine Geschichte ist eng mit Griechenland verbunden. Der Mythos sagt, dass Athene einen Götterstreit gewann, indem sie einen Olivenbaum pflanzte. Er brachte den Menschen Nahrung, Öl für Arznei, Körperpflege und sakrale Zwecke. Zeus belohnte sie dafür mit der Vorherrschaft in Attika.

Auch außerhalb der Sagenwelt gilt Griechenland, besonders die Insel Kreta, als eine Wiege des Olivenanbaus. Heute gibt es dort etwa 20 Millionen Bäume. Im Test kamen fünf Öle aus Griechenland, neun aus Italien, zwei aus Spanien, je eines aus Portugal und Tunesien. Die Herkunft muss seit 2009 angegeben werden (siehe S. 20). Doch die Sache hat einen Haken: Bis jetzt ist es nicht möglich, die Herkunft eines Öls im Labor auch zu kontrollieren. ■

Große Farbvielfalt: Von blassgelb bis kräftig grün reicht die Farbpalette bei Olivenöl. Ein Qualitätskriterium ist die Farbe nicht. Damit auch geschulte Prüfer nicht beeinflusst werden, verkosten sie die auf 28 Grad Celcius erwärmten Öle in blauen Gläsern. Die Prüfer nehmen einen Schluck, ziehen Luft dazu, damit sich das Aroma entfaltet, fruchtige Noten und Fehler wahrgenommen werden.

Ausgewählt, geprüft, bewertet

Im Test: 28 Olivenöle der deklarierten Güteklasse „nativ extra“, darunter 5 Bioprodukte und 3 Aktionsangebote.

Einkauf der Prüfmuster: Oktober/November 2009. Das test-Qualitätsurteil bezieht sich auf Proben mit dem jeweils angegebenen Mindesthaltbarkeitsdatum. **Preis:** Anbieterbefragung Februar 2010.

ABWERTUNGEN

Bei „ausreichender“ oder „mangelhafter“ sensorischer Qualität konnte das test-Qualitätsurteil nicht besser sein. „Mangelhaft“ wurde dann vergeben, wenn das Öl fehlerhaft war. Es entsprach damit nicht mehr der Güteklasse „nativ extra“.

War die Deklaration „ausreichend“ oder schlechter, konnte das test-Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein.

SENSORISCHE QUALITÄT: 65 %

Alle Öle wurden zunächst einer Orientierungsprüfung unterzogen. Die sensorische Prüfung gemäß gültiger Änderungsverordnung zur „Verordnung (EWG) Nr. 2568/91 über die Merkmale von Olivenölen und Oliventresterölen sowie die Verfahren zu ihrer Bestimmung“ erfolgte parallel durch zwei akkreditierte Panels, das heißt Gruppen von 8 bis 12 vorschriftsmäßig geschulten und trainierten Prüfpersonen. Dabei wurde außerdem der sensorische Gesamteindruck (Art, Ausgewogenheit und Nachhaltigkeit der positiven Ausprägungen) charakterisiert und beurteilt. Jedes Öl, bei dem Auffälligkeiten oder Fehler festgestellt wurden, wurde von mindestens einem weiteren akkreditierten Panel geprüft. Öle, die von den eingesetzten Panels mehrheitlich als fehlerhaft eingestuft wurden, erhielten eine „mangelhafte“ Bewertung.

CHEMISCHE QUALITÄT: 10 %

Gemäß geltender Olivenölverordnung wurden geprüft: UV-Absorption (Extinktionskoeffizienten bei 232 und 270 nm), freie Fettsäuren/Säurezahl, Peroxidzahl, ECN42 und Sterine. Gemäß Verfahren

der Deutschen Gesellschaft für Fettwissenschaft wurden bestimmt: Fettsäurezusammensetzung (einschließlich Transfettsäuren), Triglyceridspektrum, Steradiene, isomere Diglyceride, polymerisierte Triglyceride (zur Bestimmung der Hitzebeständigkeit zusätzlich nach 16-stündigem Erhitzen auf 175 °C), Pyropheophytine und Anisidinzahl. Die Berechnung der Totox-Zahl erfolgte aus Peroxid- und Anisidinzahl. Auf Hexanal prüften wir per Headspace-GC/MS.

SCHADSTOFFE: 10 %

Gemäß Methoden der Amtlichen Sammlung von Untersuchungsverfahren (ASU) nach Paragraph 64 Lebensmittel- und Futtermittelgesetzbuch untersuchten wir auf Pestizide, B(E)TX (Benzol, Toluol, Ethylbenzol, m, p-Xylol und o-Xylol, Styrol), niedrigsiedende Halogenkohlenwasserstoffe (LCKW) und Restlösemittel. In Anlehnung an Methode DIN EN ISO 18856 F26 prüften wir auf Weichmacher, in Anlehnung an ASU-Methode L 00.00–19/1–3 auf Arsen, Eisen, Kupfer, Blei, Nickel und Cadmium sowie in Anlehnung an Methode E DIN ISO 16703 auf Mineralölkohlenwasserstoffe.

VERPACKUNG: 5 %

Die Beurteilung erfolgte für die abgebildete Verpackungsart. Eine Olivenölverpackung ist dann zweckmäßig, wenn sie ausreichenden Lichtschutz bietet, eine Originalitätssicherung die Unversehrtheit der Packung erkennen lässt, sie problemlos zu öffnen ist, das Öl gut und ohne Kleckern dosiert werden kann, und wenn Recyclinghinweise sowie eine Materialkennzeichnung zu finden sind.

DEKLARATION: 10 %

Überprüfung der Deklaration gemäß den lebensmittelrechtlichen Vorschriften. Wir bewerteten darüber hinaus Lagerungs- und Verwendungsempfehlungen, Werbeaussagen, Lesbarkeit und Übersichtlichkeit der Angaben sowie Nährwert- und Herkunftsangaben.

