

---

## Congelare l'olio di oliva

Posted: 08 Nov 2012 01:58 PM PST



Una delle domande che spesso mi viene posta è **se si può congelare l'olio di oliva** e se **con questo procedimento ne possiamo preservare le qualità più a lungo**.

Incominciamo con il dire che chiaramente l'olio di oliva si può congelare e la cosa è facilmente sperimentabile mettendo una bottiglia di olio nel congelatore. Dopo poche ore sarà un pezzo di ghiaccio giallo!

Al fine di evitare modificazioni nella struttura molecolare dell'olio l'operazione di congelazione però dovrebbe avvenire molto velocemente, ad esempio in azoto liquido ma questo, per ovvie ragioni, non è un pratica facilmente attuabile in casa...!

Ma poi, **una volta che l'olio è congelato, cosa succede quando lo scongeliamo?**

Ecco emergere i problemi. Durante la fase di scongelamento all'interno dell'olio si rompono alcuni legami che portano alla netta separazione della massa grassa dalle sostanze fenoliche, responsabili di tutte le caratteristiche positive dell'olio dal punto di vista salutare e le principali componenti che ne prevengono l'ossidazione.

Nella fattispecie queste molecole insieme a quelle dell'acqua contenuta nell'olio tendono a cadere verso il basso. **Risultato? La durata dell'olio si riduce drasticamente**. Sono sufficienti pochi giorni per ritrovarci con un olio completamente rancido.

Per quanto riguarda il profilo sensoriale (olfatto e gusto) non vi sono cambiamenti apprezzabili per cui, da questo punto di vista, la pratica del congelamento non produce effetti negativi.



Da quanto sopra detto si desume che se si vuole congelare l'olio per mantenerne "bloccate" le qualità per un periodo un po' più lungo, allora è **meglio farlo con monodosi**, cioè **quantità tali da poter essere consumate entro poche ore**. Un modo potrebbe essere per esempio quello di utilizzare i sacchetti o le vaschette per fare il ghiaccio.

In ogni caso è bene considerare che il congelamento non blocca del tutto le attività di deterioramento. Sono rallentate, senza dubbio, ma non inibite del tutto.

Personalmente congelare l'olio non è un'operazione che mi veda particolarmente entusiasta. Preferisco [acquistare olio di alta qualità](#) che, in quanto tale, mantiene sicuramente le sue ottime caratteristiche da una campagna olearia all'altra. Inoltre mi evita di riempire il congelatore di bottiglie d'olio e consumare inutile energia elettrica...!

L'articolo [Congelare l'olio di oliva](#) sembra essere il primo su [A macchia d'olio](#).

---

You are subscribed to email updates from [A macchia d'olio](#)  
To stop receiving these emails, you may [unsubscribe now](#).

Email delivery powered by Google

Google Inc., 20 West Kinzie, Chicago IL USA 60610