

# ELABORACIÓN Y CONSUMO DE ACEITE EN EL SIGLO XIX Y EN LOS SITIOS

CARLOS ESTEVAN MARTÍNEZ

FARMACÉUTICO  
SECRETARIO C.R. DE LA D.O.P ACEITE DEL BAJO ARAGÓN

## INTRODUCCIÓN

### El olivo

El olivo es el árbol de Atenea, árbol de la ciencia, ya que Atenea ha sido la depositaria de la inteligencia y de la sabiduría; la diosa reflexiva y profunda que gusta observar el mundo desde las copas de los olivos tomando forma de lechuza.



Olivo empeltre de las Cortes de Aragón.

Poseidón golpeó el suelo con su tridente y surgió del mar el caballo, emblema del poder, el dominio y la guerra. Atenea apoyó su lanza en los montes de detrás del Erección y brotó un olivo, símbolo de la industria, el progreso y la paz. La augusta asamblea del Olimpo, determinó que la Diosa de la Sabiduría merecía dar su nombre a la nueva ciudad, que se llamaría Atenas.

Su origen está localizado en Asia Menor, en Siria y Palestina y desde allí se difundió por pájaros y hombres por todo el litoral mediterráneo, hasta hacerse presente tal como lo conocemos hoy día en el ecosistema del *Mare Nostrum*.

Fue la naturaleza la encargada de su difusión y transporte por los zorzales, aves migratorias grandes devoradoras de olivas que en su visita anual a millones, y después de digerir las olivas, distribuyen los huesos por todos los montes y allí donde éstos encuentran las condiciones del clima mediterráneo germinan, sobre todo en las zonas umbrías, frondosas y húmedas, arraigando y dando lugar a los olivos bordes o acebuches.

Alonso de Herrera en su *Tratado General de Agricultura*, de 1513, escribe:

«Los habitantes de Caspe pasan todos los años a los montes de Mequinenza y Fallón y arrancando un crecido número de cepas o raíces que llaman zuecas, de los olivos nuevos que nacen entre pinos y demás plantas bravías, los llevan a sus posesiones y los plantan en el criadero o almáciga, al año siguiente injertan de canutillo los que están para ello y los trasplantan después de cumplir el año de haberlos *ingerido* (injertado en castellano actual, *empelt* en el Matarranya) y EMPELTRE, por tanto la variedad así surgida y que actualmente puebla nuestros olivares. A esta fácil práctica se deben en gran parte los rápidos progresos que han hecho en pocos años los olivares de Aragón y Navarra.»

El área de distribución del olivar lo marca el ecosistema mediterráneo, donde encuentra las condiciones climáticas, agronómicas y medioambientales necesarias para crecer y producir fruto, ya que cuando nos apartamos de ellas a causa de un frío y una altura excesivos, el olivo puede llegar a estar presente, pero no produce olivas. Es el árbol más rústico que se cultiva, hasta que nos alejamos tanto de esas condiciones o ecosistema propicios que ya no es posible que el olivo esté presente en la flora de dichos lugares. En Aragón ese límite ronda los 900 metros de altitud.

D. Ignacio de Asso en su *Historia de la Economía Política de Aragón* (1798), nos dice:

«El cultivo de estos rústicos árboles consiste en tenerlos bien limpios de ramas secas, chupones y otras que se cruzan en el centro, donde se cui-

da mucho que estén abiertos y despejados; en labrarlos y cavarlos bajo el pie dos veces al año, acudiéndoles con el riego cuando lo necesitan, y enfermarlos cada dos o tres años, que es lo que más contribuye a darles fuerza y vigor.»

Necesita calor para crecer, viento para polinizar y frío para que su inducción floral llegue a buen fin. El factor limitante de su producción es el agua, siendo muy productivo y generoso en regadío y vecero e incierta su cosecha en secano, dependiendo de las lluvias que recibe. En Aragón más del 80% de los olivares se cultivan en secano.

*Olivares, Dios os dé  
los eneros de aguaceros,  
los agostos de agua al pie,  
los vientos primaverales,  
vuestras flores racimadas,  
y las lluvias otoñales  
vuestras, olivas moradas.*

(Antonio Machado)

En aquel año de 1798 Zaragoza estaba rodeada de huertas, regadas por el río Jalón, La Huerva, el Gállego y el Canal Imperial, una maraña de acequias llevaba el beneficio del agua a más de 2.254 cahizadas de olivares, además de a los demás campos de cultivo. Los términos de Malpica, El Rabal, El Cascajo, El Rabaleta, Las Abdulas de la Huerva, el Alfaz, La Romareda, Almotilla, Miralbueno y Almozara, estaban plantados de olivares que daban cosechas abundantes merced a las dos va-



Plano de la Zaragoza sitiada y sus huertas.

riedades que se cultivaban. Las royales que constituían toda la antigua plantación y el empeltre que es la especie más notable, y con ventaja sobre el primero; ya que da cosechas todos los años, echa fruto a los cinco o seis años de ser plantado, la aceituna sazona un mes antes y sufre menos heladas, y la cuarta y principal, que el fruto es suave y delicado y proporciona un excelente aceite.

El olivar es a la vez obra de la naturaleza y del hombre y su destrucción también. Aquel espléndido olivar que rodeaba Zaragoza hasta las puertas mismas de la ciudad ha desaparecido por completo y para siempre, no queda nada.

Los desastres de la guerra de la Independencia en los dos sitios pavorosos que sufrió Zaragoza, arrasaron la ciudad y acabó con una buena parte de su olivar, bajo el fuego de la batalla o bajo el hacha, para mejorar la defensa de la ciudad sitiada durante tantos meses.

Posteriormente y por un hecho fortuito, debido éste a la gran helada acaecida en 1888, el olivar fue arrasado en un 70%, y aunque volvió a ser plantado, el posterior desarrollo y crecimiento de Zaragoza desde 1925, engulló las huertas próximas a la ciudad y poco a poco fueron desapareciendo unos olivares que desde tiempo inmemorial rodeaban la ciudad.

Hoy tenemos en los jardines de nuestras plazas y avenidas una amplia representación de olivos *arbequinos* que traídos de otros lugares de la provincia adornan nuestras calles y jardines, y también tenemos un viejo empeltre centenario, éste ocupa un lugar de honor ya que está en los jardines de La Aljafería, regalo hecho a la ciudad en 2002 por el Consejo Regulador de la D. O. Aceite del Bajo Aragón, para hacer presente en la primera casa aragonesa, este emblemático olivo, soporte y alma de los aceites bajoaragoneses.

La edad es quizás el secreto mejor guardado del olivo, tiene un crecimiento excéntrico del tronco, crece más hacia el sur que hacia el norte y el paso de los siglos los hacen tortuosos y retorcidos.

Una anécdota que todavía circula cuenta que en la Batalla de Alcañiz, acaecida el 23 de mayo de 1809 contra las tropas francesas mandadas por el Mariscal Suchet, un muchacho de Valdealgofa que era perseguido por unos soldados franceses, pudo salvar su vida escondiéndose entre las ramas de un frondoso olivo, despistando al enemigo. Él, después y durante toda su vida llevó una carga de estiércol a ese olivo en señal de agradecimiento.



Olivo frondoso.

El refranero español hace frecuentes alusiones al olivo:

- *Al formar un olivar, por línea le has de plantar; quince pasos medirás y más no lo estrecharás.*
- *El olivo y el potro que lo críe otro.*
- *Cada mochuelo a su olivo.*
- *Casa de padre, viña de abuelo y olivar de bisabuelo.*

El folclore aragonés tiene bellas jotas dedicadas al olivo, como esta jota de Magallón:

Anda y dile al Santo Cristo,  
pulida magallonera,  
que cuando me llame al cielo  
que me canten la olivera.

En el Bajo Aragón cuando el olivo empeltre, es joven, se llama impelte, y cuando alcanza la mayoría de edad recibe el femenino nombre de «olivera», que es cuando es más fértil. A partir de ese momento, una olivera de tres brazos y 200 años puede dar, en una buena cosecha, 180 kilos de olivas, esto es una «molada», que era el volumen que las prensas de antaño podían tratar de una vez.





Olivo cubierto de hielo (cencellada).



La poda (remoldar).

## DESARROLLO

### La oliva

El fruto del olivo es una drupa llamada oliva o aceituna, verde cuando crece y tiene poco aceite y negra cuando está sazónada y madura, y de ella se obtiene el aceite (óleo en latín y zeit en árabe).

Regalo excelso, el único producto que tiene el derecho a llamarse así, y el único que posee características y propiedades que hacen de él no solo un alimento excelente, sino también un condimento insustituible y una suerte de elixir de la longevidad.

La oliva debe recogerse en el momento óptimo de maduración, al adquirir un color morado oscuro uniforme, sin que haya llegado a ennegrecerse del todo, lo que sucede hacia mediados o finales de noviembre, es entonces cuando nos brinda el zumo de mejor calidad y necesitaremos entre cuatro y cinco kilos de oliva para obtener un litro de aceite.



Recolección (moladeros).

### El aceite

En el tratado del médico griego Pedacio Dioscórides Anazarbeo acerca de la «materia medicinal» y de los venenos mortíferos», siglo I, traducido por el doctor Andrés de Laguna en 1555, cuando se refiere al aceite dice:

«El aceite que se exprime de la aceituna verde, al cual llama comúnmente *Omphacino*, es perfecto en extremo grado, y sirve en salud pa-

ra muchas cosas. Tiénesse por mejor el que es fresco, oloroso y nada mordaz al gusto.»

Las jotas y refranes dedicados a la oliva y al aceite son abundantísimos en la cultura popular.

JOTA:

Ya pueden los oliveros  
echar la escalera a tierra,  
que la olivica es menuda  
y la tarde ya pardea.

REFRANES:

- A últimos de noviembre coge tu oliva siempre.
- Aceituna y fortuna, a veces mucha, a veces ninguna.
- El aceite para ser extravirgen; del olivo a la prensa y de la prensa a la despensa.
- Aceite abundante, buen año por delante.

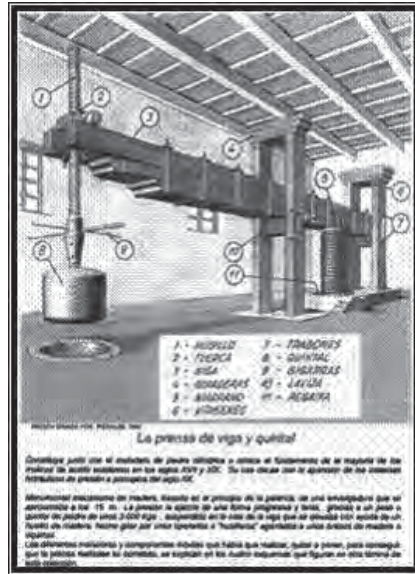
ODA AL ACEITE (PABLO NERUDA):

No sólo canta el vino,  
también canta el aceite,  
viven en nosotros con su luz madura  
y entre los bienes de la tierra  
aparto,  
aceite,  
tu inagotable paz, tu esencia verde,  
tu colmado tesoro que desciende  
desde los manantiales del olivo.

La historia del aceite de oliva es imposible separarla de la de su progenitor el olivo, en España los fenicios aportaron la mejora del olivo y la extracción del aceite, y los romanos lo extendieron por gran parte del Mediterráneo.

Los sistemas de extracción, han puesto a prueba el ingenio de las civilizaciones que disfrutaban del olivo. Primero fue el efecto de la torsión, luego el pisado de personas en la artesa, posteriormente por rulos de piedra que se hacían rodar longitudinalmente en ambos sentidos, posteriormente llegó la prensa de cuñas, los romanos introdujeron el molino triturador de pulpa, que no afectaba al hueso para la obtención de la mejor calidad de aceite, denominado *Oleum viride* (Columela S. I). Posteriormente se desarrollaron los molinos *Trapetum* y *Mola olearia*. Paralelamente existió un gran avance tecnológico al utilizar la ley de la palanca de segundo género y aparecen las prensas de viga y husillo con quintal, técnica que ha prevalecido hasta entrado el siglo XX, y que todavía es posible ver en algunos antiguos molinos que todavía se conservan.





Sistema tradicional de extracción («el artefacto»).

El líquido que se obtenía en la almazara (etimológicamente prensa), se denominaba «mosto oleoso» y está constituido por una parte acuosa, correspondiente al agua de vegetación de la oliva y supone un 60% de su volumen, y por otra parte oleosa, que supone el 24%, estos dos líquidos, agua y aceite, por su diferente densidad (agua=1, aceite=0,917) se separaban por decantación, situándose y recuperándose el aceite en la parte superior, al sobrenadar éste sobre el agua (alpechín).

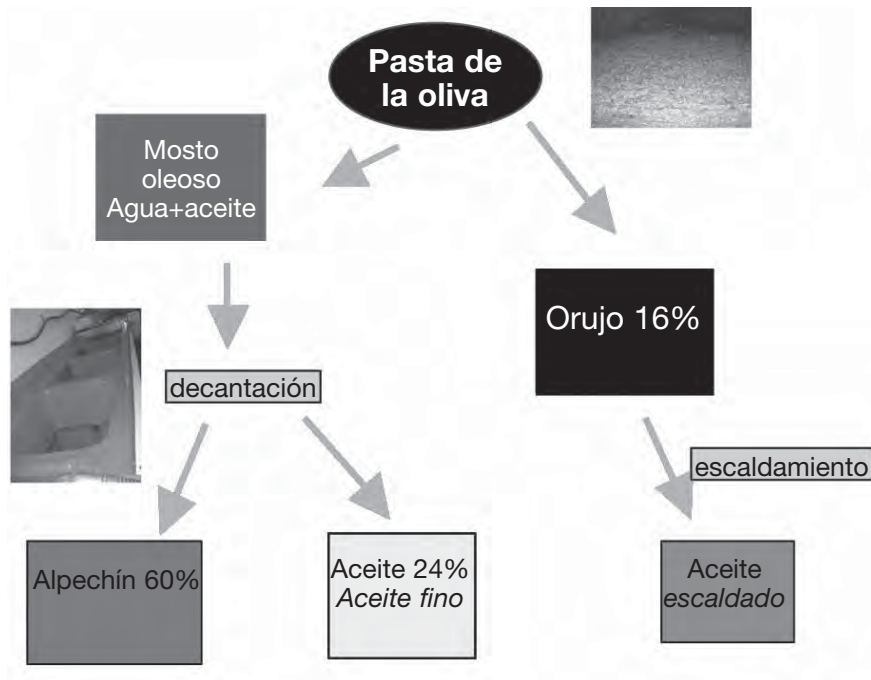
El aceite separado se pasaba a unas cubetas donde se iba clarificando sucesivamente, el aceite decantado y limpio se pasaba a otros recipientes llamados medidores para controlar su volumen y después se clasificaba su calidad y se trasvasaba finalmente a la bodega en tinajas el «aceite fino» así obtenido. La fracción restante sólida, llamada orujo, volvía a molerse y prensarse otra vez y se escaldaba simultáneamente mientras se prensaba con agua hirviendo para apurar al máximo la extracción, lográndose así extraer lo máximo posible de él, y obtener un aceite llamado «escaldado», de inferior calidad al primero.

El líquido acuoso denominado alpechín se pasaba a otros decantadores denominados infiernos, donde se recuperaba algo de aceite, éste era el de inferior calidad y se utilizaba generalmente para el alumbrado, era el aceite «lampante» (lámpara).

Se daba salida al alpechín final directamente al campo o a las balsas de oleazas o a algún arroyo para su eliminación.

Refiere Asso, que Zaragoza cuenta con 26 prensas en sus molinos, y no sirven ni con mucho para moler con prontitud la cuantiosa cosecha de aceitunas; esta escasez de molinos era constante en Aragón, permaneciendo la cosecha almacenada tres, seis y hasta ocho meses, con lo cual, llegado el verano, fermentaba la aceituna y se obtenía un aceite de ínfima calidad, que no servía sino para alumbrado y para abastecer a la industria jabonera.

Asso dice «yo pongo en esto bastante cuidado, siguiendo el precepto de Columela, de llevar la aceituna del árbol a la prensa, ya que por este método se saca mayor porción de aceite y de superior calidad».



Esquema del sistema antiguo de extracción.

En cualquier lugar donde se cultiva el olivo hay restos de su cultura, incluso en muchos topónimos de ciudades, pueblos, incluso dando apellido a muchos zaragozanos, como testimonio tangible de una antigua cultura agrícola que se ha transformado, con el tiempo, en cultura civil.

Veamos algunos ejemplos:

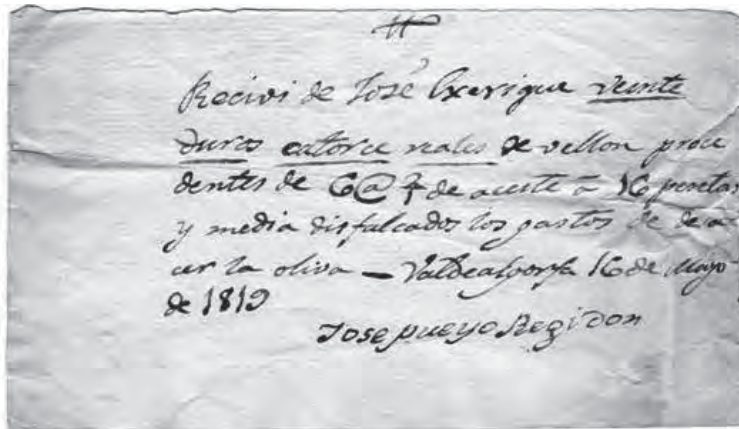
Calaceite. Beceite. Vinaceite. Cinco Olivas. Venta del Olivar. Cañizar del Olivar...

O los apellidos:

Aceitón, Molinos, Olivo, Olivos, Oliva, Oliván, Olivar, Oliveros, Oliveira, Olivito...

El precio del aceite en 1819 era de 16 pesetas y media la arroba, o sea considerando ésta de 12 litros de capacidad, ya que el aceite se vendía en volumen, el precio de un litro era de 1,37 pesetas, más de 5 reales, lo cual era un precio elevadísimo, que demuestra el valor que ya tenía entonces el aceite.

En Alcañiz unas cuantas familias que tienen el apodo de «Milhombres», lo adquirieron cuando el Corregimiento de Alcañiz contribuyó con mil hombres a la defensa del segundo sitio de la ciudad de Zaragoza. «Llegó a Zaragoza un aguerrido muchacho con un boto de aceite a las espaldas y al preguntarle *¿y tú quién eres? ¿de dónde eres?*, respondió: *Yo soy de los Milhombres de Alcañiz*, y con ese sobrenombre se quedó él y sus descendientes.»



Documento de una transacción de aceite, datado en Valdealgorfa en 1819.

El comercio del aceite en las zonas productoras de Aragón en el siglo XIX fue determinante para ellas, y sobre todo para el Bajo Aragón, al que llegó prosperidad y riqueza. No podemos olvidar que el olivar daba trabajo además de a los agricultores, que eran mayoría, a los que trabajaban en los molinos olearios y en las fábricas de jabón, así como en el transporte de estos aceites, que vía Calaceite, entraban en Cataluña camino de Tortosa, desde donde eran distribuidos a Barcelona y varios países del

mundo. Esta circunstancia creó una riqueza incalculable que permitió a esta comarca bajoaragonesa abrirse camino en su paulatino desarrollo, y apreciada cuando se industrializó el negocio del aceite en la plaza de Tortosa, en la que radicaban firmas de importancia. Allá afluían en verdaderas caravanas de carros nuestros aceites. Nuestro genuino y excelente aceite llevó y lleva el nombre de nuestros pueblos y comarcas a mercados muy alejados, a lugares que de otra forma jamás hubieran tenido conocimiento de nuestra existencia, y ha contribuido a la divulgación de nuestra tierra, asociada a un excelente producto sumamente estimado en las cocinas de todo el mundo, hoy día amparado por la Denominación de Origen Aceite del Bajo Aragón, cuyos aceites son de color amarillo, con matices que van desde el amarillo dorado al oro viejo. En general son afrutados y dulces, con ligeros sabores almendrados, carentes de amargor y ligeramente picantes. Estas sensaciones, junto a su textura suave y fluida, hacen de estos aceites un producto armónico, presentando un perfecto equilibrio en todas sus apreciaciones, que los hace óptimos para su consumo, tanto en crudo, para ensaladas, como para salsas, guisos, fritos y otros platos de aliño. Este genuino y diferente oro líquido, elaborado a partir de las olivas de la variedad empeltre y de la arbequina, recientemente introducida, es sumamente apreciado y consumido en abundancia por los habitantes de Aragón, constituyendo un elemento o eslabón fundamental en la DIETA MEDITERRÁNEA.

A finales del siglo XIX Aragón tenía 354 prensas y se producía 105.000 quintales métricos de aceite. La aparición de la prensa hidráulica a mitad del siglo XIX mejoró la calidad del aceite al ser más rápida la extracción, pero este cambio no se generalizó hasta la transformación que supuso la llegada de la electricidad y el abandono de la tracción animal para mover los molinos, coincidente con finales del siglo XIX y principios del XX.

Por los años 1880 la situación oleícola empeoró notablemente y apareció la crisis finisecular, cayó la demanda e inmediatamente después cayó el precio, como consecuencia de la sustitución del aceite de oliva por otros productos en algunos de sus usos más importantes. Apareció el petróleo y otros aceites vegetales que lo sustituyeron en la industria como lubricante; el petróleo, el gas canalizado y después la luz eléctrica lo eliminaron completamente de la iluminación, y en la fabricación de jabones se acentuó la competencia del aceite de semillas. Se entró en una fase en la que se cuestionó la propia rentabilidad del cultivo.

En 1870 el precio de un litro de aceite era en el Bajo Aragón de 1,25 pesetas y en Jaén 0,95 pesetas, marcando esta diferencia de precio, la mayor calidad del aceite bajoaragonés.

En 1898 el precio de un litro de aceite puesto en Tortosa era de 1,63 pesetas, el transporte costaba 5 céntimos el litro, el jornal de un parador de molino era de 2,50 pesetas y el jornal de un albañil 3 pesetas.

### Usos del aceite

El aceite, cuyas propiedades alimenticias y terapéuticas han sido reconocidas desde la antigüedad, ha estado presente en los hogares y acompañado a sacerdotes, profetas, santos, magos, hechiceros, curanderos y médicos, en sus curaciones milagrosas y científicas. ¿Quién como él es capaz de proporcionarte alimento incomparable, luz en el hogar y medicamento eficazísimo?

En los ritos católicos ocupa una importante posición desde el bautismo hasta el funeral, es más, el tiempo que el aceite arde en las lámparas de los templos, simboliza la duración de la vida. Se bendicen los Óleos y Crisma en la misa de Jueves Santo, alcanzando su máxima propiedad curativa, así como también le atribuían propiedades especiales al aceite de las lámparas de los templos. Mencionado repetidamente en el Antiguo y Nuevo Testamento, la Tierra Prometida era la del olivo y del aceite para Moisés; Noé recibió una rama de olivo traída en el pico de una paloma después del diluvio, anunciando que la vida había vuelto a la Tierra y la paz a los hombres.

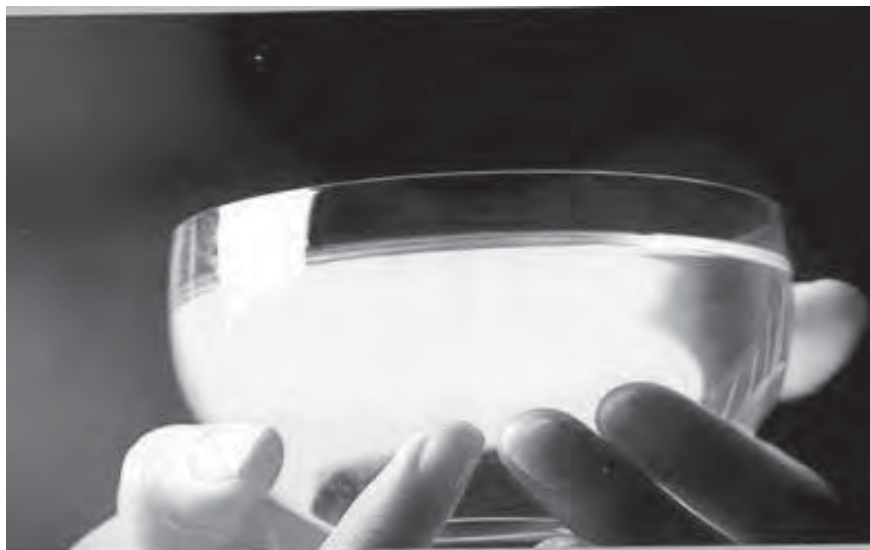
Los griegos coronaban con ramas de olivo a los atletas vencedores en los Juegos Olímpicos, como señal de victoria, y previamente se habían ungido su cuerpo con aceite. Los egipcios hacían lo mismo con los muertos en señal de paz eterna.

También se manifiesta actualmente en la lamparita de aceite encendida ante la imagen de un santo en los hogares.

Tradicionalmente se usaba como antiséptico, para curar pequeñas heridas, quemaduras y para tratar irritaciones de la piel, para aliviar y limpiar los ojos y oídos, como linimento para dolores, como antídoto contra el veneno y para otra multitud de usos, como el aceite rojo de Creta, que mezclado con pétalos de amapola y bálsamo de menta se utilizaba como emoliente de la garganta y calmante para las articulaciones.

En el pasado se usaba para preservar la humedad de la piel, para proteger los cuerpos del frío en invierno y como protector del sol en verano.

Los aceites perfumados, para los cuales el aceite de oliva era el ingrediente básico, lo usaban principalmente las mujeres. Los más cono-



El aceite.

cidos eran el Irinion (con extractos de raíz de lírio) y el Rodion (con extractos de pétalo de rosa).

Las mujeres solían usar el aceite después del baño y lavar sus cabellos, para nutrirlos y darles brillo, y mezclado con raíz de nogal o semilla de laurel al menos durante 40 días, volvía el pelo más fuerte, ondulado y exuberante.

Las lámparas de aceite con una o más mechas, proveyeron durante siglos de la luz necesaria para los trabajos nocturnos, y las grandes cantidades rama y leña sacadas mediante la poda, alimentaron los hogares para cocinar y dar calor a las casas, hasta nuestros días.

La semilla del olivo se utilizaba y se utiliza para alimentar el ganado, y los aceites quemados para hacer jabón. Además las aceitunas son nutritivas y apetitosas y pueden ser fácilmente conservadas de esta siguiente manera: en agua con sal al 10% y aliñadas con alguna hierba de nuestro gusto (tomillo, romero, ajedrea o hinojo). Esto sirve tanto para las olivas verdes como para las negras, que a los seis u ocho meses de estar en esta maceración son aptas para el consumo, siendo recomendable cubrir el recipiente donde se tienen con una fina capa de aceite de un dedo de grosor, para evitar su contaminación. Se mejora la conservación de ellas añadiendo en el recipiente que las contiene el zumo de ocho o diez limones. Para su consumo hay que lavarlas y verter sobre ellas unas gotas de aceite, mejorando mucho su sabor y presencia.



Dioscórides nos dice cuando fue preguntado Demócrito cómo podrían vivir los hombres mucho y muy sano, respondía que «comiendo miel y untándose con aceite»; aunque cierto, respondiera mejor si dijera, «bebiendo aceite y untándose con él todo el cuerpo, visto que por de dentro y por de fuera suele ser salubérrimo».

Se utilizaba para la preparación de ungüentos, si se tiene en boca restablece los dientes enfermos, reprime el sudor, calienta y molifica el vientre. Hervido con ruda expelle las lombrices del vientre, limpia la caspa y castra la sarna.

El bálsamo Samaritano usado particularmente en los hospitales militares, lograba multitud de curaciones extraordinarias e inesperadas en los heridos gravemente en los Sitios de Zaragoza y en el Retiro de Madrid, en la guerra contra Francia que nos proporcionó el monstruo de la naturaleza Napoleón.

Fórmula magistral:

— 2 onzas de sumidades floridas de romero.

— 1 libra de aceite común.

— 1 libra de vino tinto.

Prepárese según arte:

— Se mezclan y se hacen evaporar hasta que se reduzcan a la mitad.

— Uso externo.

Indicaciones: heridas, quemaduras y contusiones.

Dosis: cantidad suficiente para untar ligeramente una planchuela de hilas destinadas a la cura.

También se utilizó para el cuidado y curación de los animales y sería interminable la relación de las aplicaciones y fórmulas que recogen las Farmacopeas españolas, en ungüentos, linimentos, emplastos, ceratos, aceites destilados, etc.

Otro uso muy antiguo y todavía muy utilizado es como conservante de alimentos, especialmente algunos productos de la matancía, que introducidos en la tina de barro, hoy de cristal, y bien cubiertos de aceite, estaban y están muy presentes en muchos hogares.

El refranero también tiene numerosas referencias a estos usos:

— Aceite y romero frito, bálsamo bendito.

— Cuando el hombre orina claro y el caballo como aceite, no busques médico ni albeite.

— La ensalada, salada, poco vinagre y bien aceitada.

Se almacenaba, hasta la aparición de las botellas de plástico, en la «zafra», recipiente de metal, de chapa, de hasta 200 litros de capacidad. En ella se guardaba el aceite comprado para el año en la bodega o des-

pensa de la casa, para disponer de él en los variados usos que tiene, siendo el consumo estimado por persona anualmente de 15 a 25 litros.

## CONCLUSIONES

El árbol no solamente desterró al nómada, sino que lo transformó sobre todo en campesino sedentario y labrador. Las técnicas de cultivo han perdurado. La elaboración de aceite ha conservado desde siempre los mismos procesos: trituración, prensado y decantación. La fábrica aceitera moderna no se desmarca de la vieja almazara árabe, si no es por la potencia mecánica de los materiales o por las nuevas tecnologías de las nuevas cadenas continuas de extracción, pero la base del proceso sigue siendo la misma.

Está de moda el olivo, los jardineros de las ciudades han descubierto la fuerza de este árbol y lo han integrado como elemento ornamental en el paisaje urbano. Siempre ha sido el olivo un elemento fundamental para el medio ambiente de una gran parte de España, su nicho ecológico es vital para una parte de la fauna ibérica, su resistencia al fuego, su función contra la erosión y en consecuencia contra la desertización, y la casi exclusiva capacidad de resistencia a la sequía, pone, junto a la vid, la única nota verde a muchas comarcas en los largos meses del verano ibérico.

Está de moda el aceite. El zumo de las aceitunas, que es el único que tiene, de verdad, derecho a esa denominación, tiene tales propiedades nutricionales que han hecho que se consagre como la grasa más perfecta, la más apropiada por su composición en ácidos grasos, mono y poliinsaturados, para preservar nuestra salud, favorecer nuestro metabolismo, dificultar la formación de colesterol malo y favorecer la del bueno. Están sobradamente demostrados los efectos positivos en la prevención de la arterioesclerosis, el infarto, algunos tipos de cáncer, en el mejor funcionamiento del hígado por su actividad colerética y colágoga y en otras muchas cosas más.

De todas las grasas que existen en el mundo es la única que se obtiene por simple presión, como un zumo que es, sin disolventes ni aditivos. Es la que da más sabor, o mejor, más sabores, porque cada variedad de aceitunas tiene los suyos propios. El aceite de oliva virgen extra es, definitivamente, el más deseado, el más recomendado por los médicos, el más utilizado por los mejores cocineros y el elemento básico, el más importante, sobre el que se asienta la dieta mediterránea. Ahora el aceite triunfa con sus dos apellidos: Aceite de oliva virgen, así le nom-

bran todos los cocineros y periodistas gastronómicos, haciendo gala de su nobleza. Certificando actualmente su calidad el «Panel de cata de aceite de Aragón», y protegiéndolo el Consejo Regulador de la Denominación de Origen Protegida Aceite del Bajo Aragón, que abarca 77 municipios aragoneses.

Actualmente, y por fin, con convencimiento de sus virtudes en todos los ámbitos, el aceite de oliva virgen triunfa en medicina, dietética, cosmética y gastronomía para satisfacción y beneficio de la humanidad.

SONETO AL OLIVO, EXPRESIÓN PERFECTA DEL OLIVAR  
DE NUESTRA TIERRA ARAGONESA (CARLOS BARRAGÁN)

*Cuando a solas te miro viejo olivo  
ancladas tus raíces en seco,  
de ruda encina castellana hermano  
y en paisaje gris verde motivo.*

*Te siento derrotado, pero altivo.  
sufriendo el amargor del fruto vano.  
Tú tienes seco el sol y olvido humano  
y esplendores pasados, dolor vivo.*

*Resignado con el peso de tu sino  
sueñas glorias en claros firmamentos  
Mientras rueda la rueda del destino.*

*Esperanza en camino polvoriento  
Mañana traerán agua, don divino.*

*Tus frutos empeltre  
estrellas relucientes sobre el viento.*

AGRADECIMIENTOS

Nuestro agradecimiento más sincero y cordial a la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación, y especialmente a su Delegada en Aragón doña María Lourdes de Torres Aured, por la coordinación de este volumen. También agradecer especialmente su labor a la Institución «Fernando el Católico» de la Diputación Provincial de Zaragoza, por la publicación de este modesto trabajo.

BIBLIOGRAFÍA Y FUENTES UTILIZADAS

- ASSO, Ignacio de, *Historia de la economía política de Aragón*, 1798.  
ALONSO DE HERRERA, G., *Agricultura General*, 1513.

Archivo de la Casa Exerique de Valdealgorfa.

Fuentes propias del Consejo Regulador, Aceite Bajo Aragón.

Fotografías: colección Consejo Regulador, Aceite Bajo Aragón.

Junta de Andalucía, *Tierras del olivo*, 2007.

JURADO MUÑOZ DE CUERVA, A., *Las voces y refranes del olivo y el aceite*, 2004.

JURADO MUÑOZ DE CUERVA, A., *Aceite de oliva todo mal quita*, 2006.

PINILLA NAVARRO, V., *Entre la inercia y el cambio*, 1995.

VIDAL SANTOS, D., *Cierto Sabor*, 1999.