



Ein Wunder der Natur

# Faszination Oliven und Olivenöl

Oliven sind sehr gesund und aus der mediterranen Küche nicht mehr wegzudenken. Seit Jahrtausenden schon sind Menschen von diesen Früchten, den knorrigen Bäumen und dem daraus gewonnenen Öl fasziniert. Kein Wunder, werden Oliven und dem Olivenöl ganze Bücher gewidmet.

(fb) Die Menschen im Süden verstehen das Geniessen. Nebst der Liebe und dem Wein gehören dazu auch die Oliven und das daraus gewonnene Öl. Die grossen, knorrigen Olivenbäume, die grünen oder schwarzen, ovalen Früchte und das gesunde Olivenöl faszinieren die Menschen seit tausenden von Jahren. Ihre Geschichte ist spannend und geht zurück bis in die junge Steinzeit. Oliven und ihr Öl sind beliebt in der mediterranen Küche, ihnen werden unzählige gesundheitsfördernde Wirkungen nachgesagt, und sie werden gerne für Schönheitsprodukte genutzt. Kein Wunder, werden ihnen immer wieder ganze Bücher gewidmet. Drei ausgelesene Exemplare stellen wir hier vor.

## Oliven – eine Liebeserklärung an den Süden

Das handliche Geschenkbuch «Oliven – eine Liebeserklärung an den Süden» ist eine kulinarisch anregende Mischung aus unterhaltsamen Geschichten und jeder Menge praktischer Informationen. Die Autorin Heidi Rauch, selbst Teilzeit-Olivenbäuerin in den mittelitalienischen Marken, unternimmt eine verführerische Reise in den Süden – in die Heimat der knorrigen und mythischen Olivenbäume.

Der Leser erfährt viel Spannendes rund um die Bedeutung von Olivenöl in der Küche, für die Gesundheit und in der Kosmetik. Das reich bebilderte und mit Liebe gestaltete Buch weckt und stillt die Sehnsucht nach Sonne und Urlaubsgefühlen. Es erzählt unter anderem davon, wie Athene einst im Götterstreit mit Poseidon siegte, indem sie einen Olivenbaum auf die Akropolis pflanzte, und wie sich die schöne Kleopatra mit Olivenöl salbte und wie Noah dank eines Olivenzweigs wusste, dass die Sintflut vorbei war. Die Leser erfah-



**Oliven** – eine Liebeserklärung an den Süden, Heidi Rauch, Dort-Hagenhausen Verlag, 2015, 168 S. mit 150 Farbfotos, ISBN 978-3-86362-037-0, CHF 15.–

## Olivenöl – Das Kochbuch

Von einfach bis exquisit – die besten Rezepte mit Olivenöl. Kulturgut, Genussmittel und Lebenselixier – Olivenöl ist ein wahrer Tausendsassa. Das wussten nicht nur die alten Griechen, denn sowohl aus der Spitzengastronomie als auch aus all unseren Küchen ist das Olivenöl nicht mehr wegzudenken. 13 Spitzenköche haben sich für dieses Buch dem Olivenöl angenommen und jeweils zwei unverwechselbare, höchst inspirierende Gerichte geschaffen. Ergänzt wird diese Rezeptesammlung um über 40 praktische Basisrezepte wie Tapenade, Mayonnaise, Focaccia oder eingelegtes Gemüse. Für jeden Olivenölfan ein ab-



ren von Bio-Olivenbauern, die mit ihrer schweren Arbeit in den Olivenhainen zwar wenig Gewinn, aber viel Zufriedenheit ernten. Der Leser erfährt, dass die beste Erntezeit dann ist, sobald sich die Oliven violett färben und dass man mit Olivenöl extra vergine sehr viel für seine Gesundheit tun kann.

solutes Muss. Das ultimative Olivenölkochbuch bietet von der klassischen Tapenade und einfachen Brotrezepten bis hin zu aussergewöhnlichen 3-Sterne-Gerichten. Der Leser erfährt alles über Anbau, Ernte, Produktion und Einsatz in der Küche.

**Olivenöl** – Das Kochbuch, Bastian Jordan und Daniel Esswein, Fackelträger Verlag, 2015, 208 S., ISBN 978-3-7716-4613-4, CHF 40.–

## Olivenöl – L'or de la Provence

Gehen Sie auf Entdeckungsreise in die Provence. Die Olivenbäume der Provence sind ein Kulturerbe, und diese Kultur ist ein Pakt zwischen Landschaft und Lebensweise, eine gelebte Harmonie zwischen Mensch und Umwelt, deren Früchte uns ein wertvolles Lebensmittel schenken: Olivenöl. In diesem Buch begegnen Sie dieser urwüchsigen Gegend und ihren Bewohnern hautnah: 15 Oliven-Produzenten erzählen von ihrer Arbeit und ihrem Leben und verraten in 60 verführerischen Rezepten, was man mit Olivenöl so alles machen kann. Eine umfangreiche Adressenliste gibt Anregungen für Unterkünfte, Gastronomie und regionale Spezialitäten.



**Olivenöl. L'or de la Provence. Das Gold der Provence** – Olivenöl-Produzenten und ihre besten Rezepte, Elisabeth Scotto, Oliver Baussan und Édouard Sicot, BusseCollection, 2013, 239 S., ISBN 978-3-512-04028-3, CHF 28.–