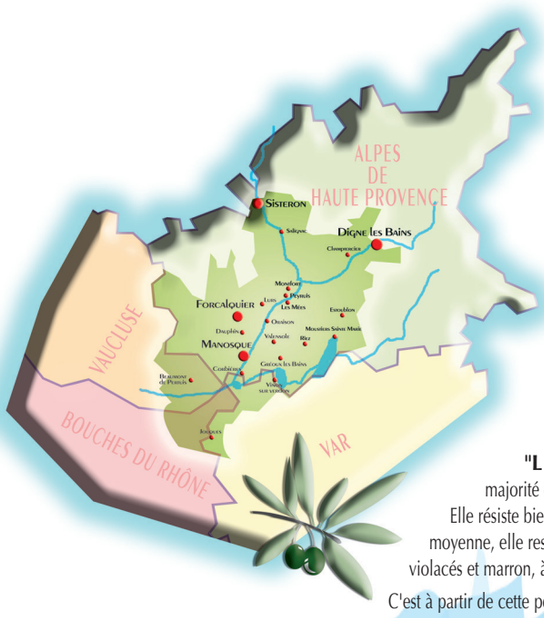
huile d'olive de HAUTE PROVENCE

Le pur jus de l'olive



Depuis la plus haute antiquité, l'arbre, comme l'huile que l'on en tire, est le symbole sacré de la force, de la lumière et de la vie.
Nos oliviers de Haute Provence poussent sur des terrains d'une altitude de 300 à 800 m en limite nord de sa culture, conférant à notre huile sa saveur et son fruité exceptionnels.
Notre production s'étend sur **95 communes** dont 83 dans les Alpes de Haute Provence, 4 dans le Var, 2 dans les Bouches du Rhône et 6 dans le Vaucluse. On dénombre **400 000 oliviers** plantés sur environ 1 600 hectares.
Localisée principalement dans le Val de Durance, la zone déborde sur le Pays de Forcalquier, le plateau de Valensole, et une partie du Haut-Var.

"L'aglandau" est la variété d'olive qui représente la grande majorité du **"verger de Haute Provence".**
Elle résiste bien au froid et possède un bon rendement en huile. De taille moyenne, elle reste très longtemps verte. Elle devient tournante, avec des reflets violacés et marron, à compter de la mi-novembre.
C'est à partir de cette période qu'elle sera récoltée.

La récolte

Se pratique a de la mi-novembre au début janvier.
Les olives sont récoltées à la main ou avec un râteau. Les olives tomberont alors sur un filet.

Son goût et sa couleur

Notre huile a des arômes de verdure principalement. La bouche est longue, fluide toute en finesse laissant apparaître des goûts d'artichaut, banane et herbe coupée. Elle se dévoile à merveille avec les salades, crudités, poissons, agneaux, gibiers, marinades, fromage de chèvre...
Sa couleur, d'abord verte, deviendra ensuite ambrée.

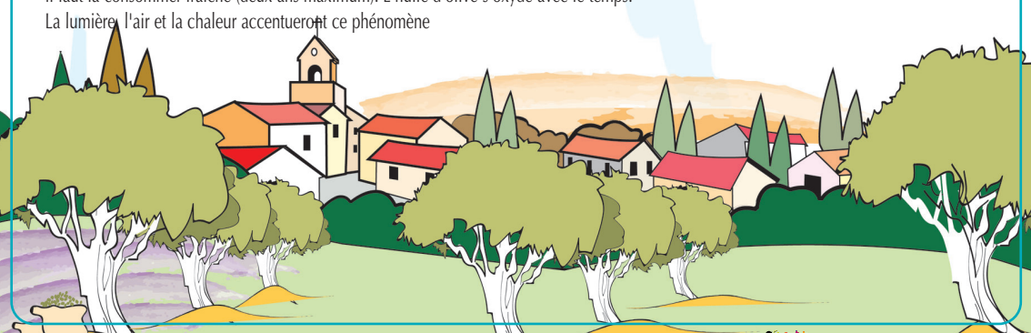
Les huiles vierges extra

"Notre AOC produit uniquement une Huile d'olive vierge extra"
Cette huile est obtenue par simple pressurage et aucun solvant ne peut entrer dans sa fabrication.
Son taux d'acidité final, doit être inférieur à 0.8 %.

L'huile de Haute Provence représente environ 3 %
de la production totale d'huile française en appellation ou sans appellation.

Au Cœur de la Santé

Des études publiées récemment montrent, que les effets bénéfiques de l'huile d'olive et du régime méditerranéen, sont multiples. Le Professeur Mancini (*Naples, Italie*) a mis en évidence que ce régime constitue certainement la meilleure solution diététique chez le diabétique (*diminution du taux de cholestérol et amélioration du contrôle de la glycémie avec majoration de la sensibilité à l'insuline*). Il a été également démontré qu'il favorise la diminution de la tension artérielle. Le Docteur Panza (*Bari, Italie*) a étudié, la relation entre le déclin cognitif et l'alimentation.
D'après les résultats de ses travaux il se pourrait que l'huile d'olive s'oppose au déclin des facultés mentales chez les personnes âgées.

L'étiquette

L'étiquette doit indiquer **"vierge extra"** ce qui garantit un taux d'acidité inférieur à 0.8 %.
Seules les mentions AOC ou HUILE D'OLIVE DE FRANCE garantissent une origine française à votre huile d'olive.
Bien Conserver l'huile d'olive. À la différence du vin, l'huile d'olive ne se bonifie pas en vieillissant :
il faut la consommer fraîche (deux ans maximum). L'huile d'olive s'oxyde avec le temps.
La lumière, l'air et la chaleur accentueront ce phénomène