



REAL ACADEMIA
DE GASTRONOMÍA

Discurso Académico

El aceite de oliva: historia y alma del Mediterráneo

29 de mayo de 2023

Académica Dña. Rosa M^a Vañó Cañadas



El aceite de oliva: historia y alma del Mediterráneo

Académica Dña. Rosa M^a Vañó Cañadas

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

La alimentación de los pueblos del Mediterráneo ha seguido un modelo más o menos estable a lo largo de los últimos cinco milenios. Solamente ha sufrido cambios significativos en su composición a partir de la década de los 50 del pasado siglo cuando surge la sociedad sobrealimentada fruto del desarrollismo económico nacido tras el fin de la II Guerra Mundial. Hasta entonces se basaba, principalmente, en productos derivados del trigo, del olivo y de la vid que constituían la denominada “tríada mediterránea”: pan, aceite de oliva y vino, dieta frugal y sana, potenciadora de la longevidad, que se complementaba en ocasiones con legumbres y alguna verdura.

De estos tres pilares de la alimentación mediterránea, es precisamente el árbol del olivo (y las aceitunas y el zumo extraído de ellas) el elemento diferenciador más poderoso en el entorno de las naciones que poblaron este mar, génesis de las civilizaciones más importantes de la Historia. Es el olivo el que limita el entorno geográfico y el ámbito puramente territorial del Mediterráneo. En palabras del fecundo médico, escritor y poeta francés, Georges Duhamel, “allí donde el olivo se retira, acaba el Mediterráneo”.

Igor de Garine, una de las personalidades más destacadas en el ámbito de la antropología de la alimentación apostilla este concepto afirmando “podemos definir cómodamente el área mediterránea como la que permite, sin riesgos, el cultivo de cereales, viñas y olivos”. Es el árbol que define su propia identidad, su idiosincrasia, su paisaje y el zumo obtenido de sus frutos, el que hace posible una original forma de alimentarse y cocinar.

Tucídides apunta el elemento “civilizador” que posee su cultivo “Las gentes del Mediterráneo comenzaron a emerger de la barbarie cuando aprendieron a cultivar el olivo y la vid”. Si es cierto lo que afirma Faustino Cordón, uno de los padres de la biología evolutiva, que “cocinar hizo al hombre”, es evidente que no podríamos entender la actividad culinaria de los habitantes de la cuenca del Mediterráneo sin la presencia del aceite de oliva.

La superficie de las tierras que circundan a este mar, su complejo y variado tejido epitelial, está respunteada por los árboles de olivos y por sus venas y arterias fluye la dorada sangre oleosa extraída de sus frutos. El aceite de oliva, además de sustento, aderezo y elemento de conservación de otros alimentos, servía también como moneda de cambio objeto de transacciones que han fijado rutas comerciales, oleo sagrado lustral de altares y tabernáculos, sacramento para ungir héroes y reyes, pomada cosmética para acondicionar y embellecer pieles y cabellos, unguento y bálsamo medicinal, combustible para candiles, lámparas y mariposas, elemento fundamental en el aceitado de la lana para poder ser hilada y tejida añadiéndole propiedades impermeabilizantes.

No existe, ni remotamente, un alimento en la historia de la gastronomía humana que posea una tan variada y vasta panoplia de usos y aplicaciones.

Sin olvidarnos tampoco del valor nutritivo y culinario de los frutos del olivo, salazonados, condimentados o aliñados, o la utilización como mobiliario de su original madera de complejo ve-

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

teado, dura y muy difícil de trabajar por la mano humana al que los griegos, por su insólita belleza denominaron “mármol vegetal”.

Todos estos elementos concertados configuran la denominada “cultura del olivo” claramente incardinada en la historia de los pueblos del Mediterráneo y que se manifiesta en un complejo simbolismo que trasciende el tiempo y el espacio.

El origen

El origen del árbol del olivo (*Olea europea*) tal y como lo conocemos ahora procede de la domesticación del olivo salvaje o acebuche (*Sylvestris Oleaster*) la cual tuvo lugar en el Neolítico en la cuenca mediterránea oriental, concretamente en la zona sirio-palestina hace unos 6.000 años. Antes de este hecho crucial, está documentada la utilización de los frutos del acebuche hace más de 19.000 años en el yacimiento paleolítico de Ohalo II junto al mar de Galilea.

La hipótesis más aceptada hoy en día es que la domesticación se hizo a través de la reproducción, selección por esquejes y estaquillado de los mejores ejemplares de acebuches. Pablo de Tarso nos lo recuerda en su Epístola a los Romanos: “Pues si algunas de las ramas fueran desgajadas, y tú, siendo olivo silvestre has sido injertado en lugar de ellas y has sido hecho partícipe de la raíz y de la rica savia del olivo”; y el propio Homero

en la Odisea evoca un olivo cultivado mediante injerto sobre un olivo silvestre: “...dos tallos brotados del mismo lugar, que era el uno de acebuche y el otro de olivo”.

Restos vegetales, formados básicamente por huesos de aceitunas y madera de olivo carbonizada, han sido hallados en numerosos lugares de la zona oriental del Mediterráneo procedentes sobre todo del periodo Calcolítico. Parece ser que la primera vez que se produjo aceite fue en el Valle del Jordán cerca del extremo septentrional del Mar Muerto. Allí se descubrió un interesante yacimiento: Teleitat Ghassul que tiene una gran relevancia histórica pues en él aparecen indicios muy tempranos de las transformaciones que condujeron hacia un sistema económico agrícola y ganadero evolucionado. En dicho lugar se encontraron por primera vez restos de aceitunas depositadas en silos que por sus rasgos morfológicos corresponden a olivos cultivados. Los fragmentos de los huesos de estos frutos presentan unos tipos de fracturas características producidas por la trituración de los mismos con herramientas líticas con objeto de extraerles su jugo.

Pero la prueba arqueológica definitiva de la producción de aceite de oliva se encontró en Kfa Samir, en las laderas del Monte Carmelo, en donde apareció un recipiente excavado en un estrato de arcilla lleno de huesos de aceituna y material orgánico. El aceite sería extraído machacando las drupas con una piedra dentro del recipiente y lavando luego la pasta con agua.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

El descubrimiento del cultivo del olivo junto al de la vid, que igualmente aparece durante el Neolítico y el Calcolítico, es un acontecimiento que tiene una trascendencia mucho mayor de la que aparentemente pueda parecer. Su importancia radica en que es un cultivo de plantas arbóreas que se incorporan de forma permanente y estática al paisaje y requieren de un considerable esfuerzo de mantenimiento. Además de ello, son especies de crecimiento lento, se necesitan varios años de cuidados y labores para que empiecen a dar sus primeros frutos y pueda ser rentable su labranza.

Estas características agronómicas del olivo lo diferencian claramente del cultivo de los cereales y leguminosas que son especies de crecimiento anual y que pueden ser explotadas en otros lugares distintos una vez finalizada la cosecha (podríamos hablar en este caso de un cierto “nomadismo” agrícola). El olivo, en cambio, al estar indisolublemente fijado al suelo en el que está plantado, liga también al agricultor al terreno de forma permanente y por ende constituye un factor económico que facilita el asentamiento duradero y permanente de las poblaciones.

La olivicultura es generadora así, por primera vez, de la idea del “sedentarismo” en las poblaciones agrícolas, pero, sobre todo, es la responsable de que se comiencen a tejer lazos indisolubles, telúricos, entre el hombre y la tierra, naciendo así nociones como “hogar”, “terruño”, “patria” y la propia conciencia de la perdurabilidad del clan, de la familia, de la trascendencia del individuo. Se plantan especies leñosas como la viña o el olivo en el

generoso convencimiento de que serán realmente las futuras generaciones las que se beneficiarán de sus frutos y primicias y, así mismo, se comienza a interactuar sobre el paisaje y la morfología del terreno definiendo para siempre la epidermis de las tierras mediterráneas.

Es ocioso reseñar que durante el Neolítico y en la Edad del Cobre todo el aceite que se producía se destinaba al autoconsumo. No existen evidencias materiales que constaten el intercambio o la comercialización de los zumos obtenidos.

Mesopotamia: la protohistoria

Es en Mesopotamia donde comenzará lo que llamamos Historia. Una región que debe su nombre a encontrarse geográficamente situada entre los ríos Tigris y Éufrates y que tendrá desde el IV milenio a.C. un gran protagonismo al desarrollarse sucesivamente en ella varias civilizaciones que harán aportaciones culturales y tecnológicas decisivas, también en el campo de la agricultura, sobre todo en el conocimiento y buen uso de la irrigación, con el consiguiente incremento exponencial en las producciones de alimentos.

Pero, a pesar del gran desarrollo de la agricultura en Mesopotamia, el olivo no se cultivó en esta fértil región, excepto en las regiones más septentrionales dado que las condiciones geoclimáticas son poco propicias para su crecimiento. Por el contrario, en las regiones vecinas de Siria y Palestina la olivicultura seguía desarrollándose exitosamente.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

Los restos arqueológicos, en forma de tablillas de arcilla datadas en el año 2.500 a.C., encontrados en la zona de Ebla (muy cercana a la actual Alepo) dan fe de una gran expansión del cultivo del olivo, así como de la existencia de una pujante industria olearia. En una de las tablillas se transcribe fonéticamente como “ziit”, siendo la primera vez, desde que existe la escritura, que se designa inequívocamente el zumo del fruto del olivo. En las tablillas de Ebla se deja constancia, así mismo, del precio del aceite de oliva en esa época: 5 veces más caro que el vino o 2,5 veces que el aceite de sésamo o el de lino.

Precisamente, la enorme escasez de aceite de oliva que sufría Mesopotamia era paliado por las importaciones que hacían desde las zonas productoras de Siria y Palestina a través de barcazas que navegaban haciendo uso de los numerosos cursos fluviales. La grasa vegetal que en cambio era usada extensivamente por la población local provenía de la zona del río Indo y era el aceite de sésamo.

En Mesopotamia, el halo de privilegio que emana del aceite de oliva aparece especialmente exaltado por el especial trato que recibe. Su rol es el más noble: ofrenda sagrada en los templos, alimento de lujo de los más poderosos, combustible de lámparas con significado sacro, o como unción y aseo de reyes y personajes de la corte que lo vertían sobre sus barbas y cabezas, bañaban sus pies o recibían masajes corporales, siendo esta última su función más universalizada.

La importancia del aceite de oliva viene constatada por su regula-

ción en el famoso Código de Hammurabi VI, monarca del imperio babilónico que data del año 1760 a.C. Se trata del primer código legislativo de la historia que comprende un total de 282 leyes. Algunas de ellas regulan el comercio del aceite de oliva, como se constata en el contenido de la Ley 104: “Si un mercader dio para vender a un agente trigo, lana, aceite de oliva o cualquier otro bien mueble que sea, el agente inscribirá el dinero recibido y dará el reconocimiento al mercader. El agente recibirá a su vez una constancia del dinero que dé al mercader”.

Asimismo, se regula en el propio Código el transporte del aceite de oliva por mar y la figura del flete marítimo (Ley 237): “Si uno tomó en arriendo un barquero y un buque y lo alijó de trigo, lana, aceite de oliva o dátiles u otra mercadería a transportar, si el barquero ha sido negligente y ha hundido el buque y perdido todo lo que había en su interior, el barquero pagará el buque que ha hundido junto con todo lo que había en su interior y que él perdió”.

El zumo de la aceituna se menciona incluso en aspectos del derecho sucesorio (Ley 178): “Si los hermanos no le han dado (a la huérfana), según el valor de su parte, trigo, aceite de oliva o lana y no han contentado su corazón, ella dará su campo y su huerta al cultivador que le parezca bueno, y su cultivador la sustentará”.

Pero, no es solamente en el árido campo del derecho en donde

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

encontramos menciones continuas al zumo de las aceitunas, también las hallamos en la primera gran obra épica escrita que nos ha dejado la Literatura Universal: la Epopeya de Gilgamesh. El Poema se escribió en tablillas de arcilla utilizando la escritura cuneiforme en lengua sumeria hacia el 2000-2500 a.C. La versión que ha llegado hasta nosotros es la del rey Asurbanipal de Nínive que la hizo transcribir en el siglo VII a.C en 12 tabletas de arcilla en su afán de copiar todos los documentos escritos del mundo conocido.

La historia epopéyica del rey-héroe-semidios Gilgamesh, ha suscitado desde su primera edición en lenguas europeas, al inicio del siglo XX, una enorme fascinación de la que no se pudo sustraer ni siquiera el gran R.M. Rilke que definió el poema sumerio como “la epopeya del miedo a la muerte”.

En esta magna obra se cita el jugo de las aceitunas bajo tres perspectivas, precisamente desde los tres usos más importantes que en la antigua Babilonia se daba al aceite de oliva. En primer lugar, como oleo sagrado: “(Gilgamesh) se los entregó a su dios Lugalbanda como recipientes del aceite para las unciones” (Tableta II). También como elemento para friccionar el cuerpo humano y embellecerlo. “El barbero arregló su cuerpo tan peludo (el de Enkidu) y ungido con aceite se transformó en un hombre”. (Tableta II). Por último, del mismo modo, se menciona al aceite de oliva como alimento “Para mis trabajadores sacrificué bueyes y maté carneros a diario. Cerveza, cerveza fina, aceite y vino di a mis trabajadores como agua de un río” (Tableta XI).

En las tierras del Nilo: antiguo Egipto

Una vetusta tradición afirma que fue la diosa Isis la encargada de mostrarle a los hombres el significado de la Vida a través de los olivos y con ello los conocimientos necesarios para su cultivo, la recolección de los frutos y la obtención del zumo de las aceitunas junto con los beneficios que poseía el oro líquido de los dioses.

A pesar de esta bella historia, el clima de Egipto no es precisamente el más idóneo para el cultivo y el arraigo del árbol del olivo. Por ello, el aceite de oliva usado provenía fundamentalmente de la zona de Palestina y Siria y de Creta. No fue hasta el Imperio Nuevo cuando comenzamos a tener mayor información fidedigna sobre plantaciones de olivos a partir del gobierno de la reina Hatshepsut (1500 a.C.).

En la tumba de Tutankamón se han encontrado ánforas conteniendo ungüentos, aceite, vino y alimentos, así como coronas hechas de ramas de olivo. En una estela funeraria denominada “estela de Akenatón”, el padre de Tutankamón ofrece al dios Atón una rama de olivo henchido de frutos mientras los rayos del dios-sol se convierten en manos para recoger amorosamente las aceitunas ofrecidas por el faraón hereje.

Pero fue Ramsés III el que aparentemente se involucra de manera más directa en la protección y desarrollo del olivo en el Antiguo Egipto. Gracias al papiro Harris encontrado en 1855 y que está datado durante la XX Dinastía, conocemos algunas frases de este rey de Egipto dedicadas al templo del dios Ra: “yo he plantado los

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

olivos en tu ciudad de Heliópolis con los jardines y multitud de gentes, de estas plantas se ha extraído un aceite muy puro para mantener vivas las lámparas de tu santuario”. En la cámara mortuoria del propio Ramsés III en el Valle de los Reyes aparecen representadas en un fresco las características vasijas cretenses utilizadas para transportar aceite de oliva, lo que prueba que el Faraón no quería privarse de él en el reino de los muertos.

Parece claro que gozó en el antiguo Egipto de un gran prestigio y que era enormemente apreciado, pero en realidad, se usaba casi exclusivamente como combustible de iluminación o formando parte del culto litúrgico y funerario. Al igual que en la civilización mesopotámica, se empleaba para producir fármacos (eficaces contra las quemaduras y las grietas en la piel) y en la cosmética para la elaboración de aceites esenciales y ungüentos.

La necesidad de aceite de oliva explica su importación de terceros países, pero su elevado valor sugiere que su uso estaba circunscrito a las clases más privilegiadas. Máxime cuando competía con otras grasas vegetales mucho más abundantes y baratas como el ricino, rábano, lino, sésamo o el aceite de la moringa, amén de un gran número de grasas animales.

En la época ptolomeica y debido al origen griego de la nueva dinastía, se trató de incentivar las plantaciones de olivos, sobre todo en la parte del delta del Nilo cerca de Alejandría. El propio Ptolomeo II redactó un borrador de las leyes que regularían estas prácticas agrícolas, pero parece ser que nunca llegaron a entrar en vigor.

Israel: la santificación del olivo y su zumo

Ya hemos comentado que, desde tiempos muy tempranos, en los territorios judeopalestinos el cultivo del olivo alcanzó un gran desarrollo y el consumo del aceite estuvo muy generalizado entre sus habitantes. De todas formas, hay un hecho realmente interesante que singulariza a las tribus de Israel en su relación con el zumo de las aceitunas. De todos los pueblos de la Antigüedad, fue en el hebreo en donde el aceite de oliva alcanzó un carácter más simbólico y trascendente (más “metafísico”, si se me es permitida esta expresión) quedando unido intrínsecamente a la devoción y a la liturgia rituarial en honor a Yahvé. En palabras de Ludwing Feuerbach recogidas en su obra *El hombre es lo que come*: “En el Antiguo Testamento, en particular en el Libro de los Jueces, se dice: ‘el olivo es gloria ante Dios y ante los hombres’, ‘La vid es la alegría de Dios y de los hombres’. Esta es una buena prueba de que el vino y el aceite y por tanto también el resto de los elementos sacrificiales tienen para los dioses el mismo significado que para los hombres y que, por tanto, deben su dignidad y su expresión cultural, religiosa y teológica solo a su real y fisiológico efecto y a su significado antropológico”.

Las fuentes hebreas, en especial los textos bíblicos, son un manantial inagotable de referencias sobre el olivo y, especialmente, del aceite de oliva. Ya en el propio Libro del Génesis se relata como Noé fue consciente de que el nivel de las aguas del Diluvio había comenzado a descender porque una paloma regresó al Arca llevando “en el pico un ramo verde de olivo”.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

En el Deuteronomio se califica a Israel como “tierra de olivos y aceite” y se aconseja a sus habitantes “tendrás en todo tu término olivos”. Como apunta correctamente Feuerbach, en el Libro de los Jueces se hacen continuas referencias al olivo y se le describe como el primero y mas importante de las especies arbóreas creadas por Dios:

“Los árboles se pusieron en camino
Para ungir a uno de ellos como su rey.
Dijéronle al olivo: “Sé tú nuestro rey”
Les respondió el olivo:
¿He de renunciar a mi aceite
a través del cual, y gracias a mi
son honrados los dioses y los hombres”

Esta relación mística entre el aceite de oliva y la Divinidad queda de nuevo demostrada cuando en el libro del Éxodo se describe la mas famosa lámpara de aceite: la Menorah o candelabro de oro de los 7 brazos. Se ubicaba en un lugar privilegiado del Templo y el propio Yaveh le había dado instrucciones a Moisés de que solo debía utilizarse en ella aceite de oliva de una calidad excelsa.

Desde los tiempos más remotos se usó el aceite de oliva también para otro rito fundamental del pueblo israelí: la unción de sus reyes. La etimología del término “Mesías” significa precisamente “el ungido”. Si este ritual nos parece anacrónico, sería bueno que recordáramos que el pasado 6 de mayo el nuevo monarca inglés, Carlos III, fue ungido en frente, pecho y manos con aceite crismal hecho a partir de aceitunas procedentes del Monte de los Olivos y

bendecido por el arzobispo anglicano de Jerusalén en la Iglesia del Santo Sepulcro de esta misma ciudad santa. “Nihil novum sub sole”. Además de este componente fuertemente religioso del aceite de oliva como uno de los principales elementos de culto en los santuarios y templos y en el que no podemos profundizar más puesto que sería demasiado extenso, los usos no alimentarios de este producto eran innumerables. Con él se elaboraban los apreciados aceites aromáticos, cosméticos y perfumes. Los primeros, junto con el propio zumo de la aceituna en estado puro, tenían un amplio uso en el campo de la salud. Eran múltiples sus utilidades médicas y se apreciaban, sobre todo, sus propiedades analgésicas por lo que eran muy empleados para tratar dolores de garganta, como cicatrizador de heridas y reparador de quemaduras cutáneas.

En la alimentación del pueblo hebreo el aceite de oliva era omnipresente y su consumo generalizado. En el Levítico ya se recogía su uso en los platos cocinados, ya fueran o no cocidos. Los mas comunes eran las preparaciones hechas con harina de cereal (flor de harina) que siempre se amasa y se unta con aceite. Igualmente, a las carnes de ovino y vacuno, se les añadía aceite de oliva en gran cantidad, antes y después de ser asadas.

La diáspora del olivo: los comerciantes fenicios

Extendidas a lo largo de una estrecha franja costera entre el Monte Carmelo y Ugarit, en la zona denominada históricamente como Canaán (que coincidiría más o menos con lo que hoy conocemos como el Líbano), las ciudades-estado fenicias que se

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

fueron alternando en posiciones hegemónicas a lo largo de los siglos: Biblos, Sidón y Tiro estaban destinadas a desarrollar una potente actividad marítima.

Radicados en un terreno montañoso y poco apto para la agricultura, pese a todo, los fenicios cultivaban el olivo y extraían aceite de oliva aunque, empero sus esfuerzos, no en la cantidad suficiente puesto que como recoge el profeta Ezequiel debían de importarlo junto con otros productos agrícolas de las cercanas zonas de Judea y Damasco. El interés de los pueblos fenicios por la olivicultura y por la extracción de los zumos de las aceitunas se materializó en su difusión por toda la cuenca mediterránea.

Utilizando la abundante madera de sus bosques de cedros, construían excelentes naves mercantes denominadas “gaulas”, de forma rechoncha y robusta con una eslora de unos 30 metros y una capacidad de carga de 100Tm. Estaban calafateadas con estopa recubierta completamente de brea, lo que llevó a Homero a describirlas como “naves negras”. Experimentados marineros que dominaban la navegación de altura, los fenicios establecían compañías de navegación que controlaban el comercio en gran parte del mediterráneo estableciendo una verdadera “Talasocracia” o “gobierno de los mares”. Sus colonias se extendieron fundamentalmente por el norte de Africa, Córcega, Sicilia y el Sur y Levante español aunque, dadas sus estrechas relaciones comerciales con el reino de Tartesos, fundaron ciudades atlánticas como Gadir ruta de paso obligada hacia las Islas Casitérides, ricas en estaño.

Los fenicios no solo diseminaron el cultivo del olivo por todo el mediterráneo, sino que introdujeron también nuevas técnicas extractivas del aceite utilizando sistemas de prensas mas avanzados. Parece ser que fueron, asimismo, los que universalizaron el uso del aceite como productor de luz y enseñaron a los pueblos en donde establecían sus factorías comerciales la fabricación de lámparas de arcilla y bronce.

La Creta minoica y el aceite de oliva

La isla de Creta, debido a su privilegiada situación geográfica, será especialmente permeable a las innovaciones agrícolas y tecnológicas experimentadas en el Oriente Próximo. Durante el periodo Minoico Medio (2050-1700 a.C.) y el Minoico Tardío (1700-1100 a.C.) se multiplican las evidencias botánicas, arqueológicas y etnográficas que constatan un claro desarrollo oleícola, aunque en esa época convivían tanto aceitunas propias de olivos domesticados como las procedentes de acebuches.

El aceite de oliva se almacenaba en grandes ánforas denominadas pithoi que tenían la altura de un hombre. Magníficos ejemplares de estos cántaros se han hallado en el yacimiento arqueológico de Malia y en el Palacio de Cnosos. En este suntuoso lugar se han encontrado tal número de pithois que se pueden cifran en los 250.000 los litros de aceite los que podían ser almacenados en las dependencias reales.

Los frutos de los olivos cultivados se usarían muy probablemente para producir aceite destinado al consumo humano o bien para

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

ser empleados como aceitunas de mesa conservadas en salmuera.

En la cocina popular, estas últimas junto con el aceite oliva y un número muy elevado de hierbas aromáticas (cardamomo, hinojo) y especias (cilantro y comino), tenían un decisivo peso. Por los testimonios gráficos que han llegado hasta nosotros, podemos pensar que la mesa real y la de la aristocracia era suntuosa y refinada y, desde el punto de vista culinario, rica y variada. Dentro de la órbita de la vida social, la comida y los banquetes tenían un gran peso.

El aceite de oliva en Creta, además de su empleo culinario, tenía otros usos como el alumbrado y la fabricación de ungüentos mezclado con perfumes de flores. El aceite producido a partir de acebuches se utilizaba como base para la confección de productos de perfumería, aceites aromáticos y óleos. Como dato curioso, en esta isla griega se encuentra el que posiblemente sea el olivo mas viejo del mundo: el de Vouves, al que los científicos de la Universidad de Creta le han estimado unos 4.000 años de antigüedad.

La elevada producción de aceite de oliva de la que disfrutaba Creta, incluso en aquella época, hizo que se convirtiera en el principal producto de exportación a lugares tales como Egipto, las islas Cícladas y Micenas. Se encuentra asimismo atestiguado el cultivo del olivo en otras islas del mar Egeo, como por ejemplo en Thera (la actual Santorini) o en Chipre, en donde está documentado un importante desarrollo oleícola a partir del II milenio a. C.

El árbol de Atenea y su zumo en la luminosa Grecia

Cuando nos referimos a la antigua Grecia estamos hablando de la génesis de la civilización occidental, al pueblo en el que nació la filosofía, la literatura, la oratoria y la democracia, entendida como la forma de gobierno de los ciudadanos. Fue allí precisamente donde da inicio de manera formal y documentada la denominada “cultura del olivo y del aceite de oliva”.

La propia mitología griega está plagada de referencias al árbol del olivo, a las aceitunas y a su zumo.

El semidios Triptólemo que reside en la ciudad de Eleusis es encontrado por Demeter en la búsqueda de su hija Perséfone. A él la diosa le confía los misterios de las artes de la agricultura y Triptólemo se encarga de transmitirlos al resto de los mortales. Por eso es considerado como el padre de la Agricultura además de haber sido uno de los primeros sacerdotes oficiantes de los famosos misterios eleusinos. Se le representa gráficamente como un hombre joven con una rama de olivo en la cabeza sentado en un carro de una sola rueda tirado por grifos o serpientes. El filósofo Porfirio le atribuye a Triptólemo tres simples mandamientos para una vida feliz: “Honra a tus padres, honra a los dioses con frutos (incluyendo aceitunas) y respeta a los animales”.

El propio icor, la sangre de los dioses inmortales, era dorada y viscosa y no roja y fluida como la del resto de los humanos.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

Se encontraba presente en la ambrosía que los dioses bebían en sus banquetes ¿Podríamos conjeturar que precisamente era aceite de oliva el famoso elixir que corría por las venas de los habitantes del Olimpo y que les dotaba de la ansiada inmortalidad? Ciertamente, habría una clara base poética para pensarlo...

Prosiguiendo en el mundo de los mitos, Poseidón y la diosa Atenea contendieron para dar nombre a una bella ciudad fundada por el fabuloso héroe Cecrops. Ganaría aquel de los dos que consiguiera un prodigio mayor. El dios de los mares golpeó una roca con su tridente y de ella apareció un brioso caballo. A su vez Atenea, la diosa de la sabiduría, la estrategia y la justicia, clavó su lanza en la tierra y surgió un árbol maravilloso capaz de producir un jugo dorado que alimentaba a los hombres, mitigaba el dolor causado por las heridas e iluminaba la oscuridad. Cecrops y los ciudadanos de la población, aun innominada, se decantaron claramente por el logro de la diosa. Desde entonces, Atenas, la capital del Ática, tomó su nombre y el olivo pasó a ser considerado como un árbol sagrado y divino por los griegos.

Atenea aparece también en la mítica expedición de los argonautas al ser la protectora de su jefe, Jasón, futuro rey de Yolco en Tesalia. Los miembros de este grupo, encabezados por el gran Hércules con su enorme maza de madera de olivo, antepasados de los héroes que protagonizarán la guerra de Troya, se embarcaron en la nave Argos rumbo a la Cólquide en el Mar Negro para rescatar el Vello de oro. Antes de zarpar, Tifis, el experimentado timonel del buque, derrama aceite de oliva en la proa del Argos mientras es botado por primera vez en el mar como libación en honor a Poseidón.

En otro episodio del relato, en medio de una terrible tempestad desencadenada cerca del Helesponto, Orfeo, el gran tañedor de lira, invocó a la triple diosa bajo su nombre de Anfitrite y vertió un ánfora llena de aceite de oliva sobre las olas rogando respetuosamente al Viento del Norte que cesara en sus terribles ráfagas.

En los dos poemas épicos escritos por Homero, el aedo ciego, en el s. VIII a.C. se citan constantemente el árbol del olivo y el aceite de oliva. Por cierto, que fue él la primera persona que se refirió al aceite de oliva como “oro líquido”.

En la *Ilíada* se detalla como los cuerpos de los héroes Patroclo y Héctor eran ungidos con aceite tras ser muertos por Paris y Aquiles respectivamente (“el cadáver lavaron y ungieron con finos aceites”) y tarros conteniendo el preciado líquido se enterraban en las tumbas de los combatientes aqueos y troyanos caídos en combate. En este poema legendario se describe como los soldados griegos acampados cerca de la playa del mar Egeo colocaban tajadas de carne dentro de cuencos de barro puestos en la lumbre repletos de aceite de oliva y dientes de ajo en una receta de primitiva fritura que mantiene una absoluta actualidad. La tradición relata que el enorme caballo hueco que sirvió a los griegos para pugar las altas murallas troyanas estaba construido con madera de olivo procedente de Anatolia.

En la *Odisea* se cuenta como, cuando Ulises naufraga en las costas del reino de Alcínoo, la hija del soberano de aquellas tierras, su hija Nausicaa, ordenó a sus esclavas que le dieran al errante héroe

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

ropajes nuevos y una ampolla de aceite de oliva. De madera de acebuche era la enorme viga con la que Odiseo y sus compañeros cegaron al Cíclope en su cueva, representando el triunfo de la civilización y el ingenio sobre el salvajismo y la barbarie. Para demostrar su amor irreductible hacia Penélope, el rey de Itaca construyó en su palacio un lecho conyugal en donde una de las patas era un viejo olivo deshojado, pulimentado y ornado, con las raíces aún enterradas en la tierra, como un himno epitalámico indestructible.

La base de la alimentación de los héroes homéricos era el pan, el queso, el vino, el aceite de oliva, las aceitunas y la miel, y de tanto en tanto, carne de oveja o cabrito que asaban directamente en el fuego.

En los Juegos Olímpicos creados por primera vez en el 776 a.C. en honor a Zeus, los atletas venidos de todas las polis griegas competían con sus cuerpos ungidos en aceite de oliva y a los vencedores en las distintas disciplinas se les condecoraba con una rama de olivo. También en los Juegos Panatenaicos que se celebraban en la ciudad de Atenas todos los veranos y que estaban dedicados a la diosa Atenea Poliada, protectora de la ciudad, a los vencedores de las diversas pruebas atléticas se les obsequiaba con un recipiente lleno de aceite de oliva.

El Poeta arcaico Hesíodo en su obra *Los trabajos y los días* escrita en el s. VIII a.C hace ya una detallada descripción de las labores que se han de llevar a cabo en un olivar. Existe, asimismo una divertida anécdota sobre el filósofo Tales de Mileto (s. VII a.C) sobre su capacidad de predecir los fenómenos atmosféricos en relación con la cosecha de aceituna.

En plena época invernal comprobó, según las observaciones astronómicas que había realizado, que en la primavera próxima se producirían abundantes lluvias. El año anterior, la Cosecha de aceituna había sido excelente por lo que los olivaderos de la zona esperaban, dada la acentuada vecería del olivo, muy baja producción. Aprovechándose de sus conocimientos, Tales procedió a arrendar todas las prensas de aceite de Mileto y Quíos a un precio muy económico. Como, en efecto, las lluvias esa primavera fueron muy copiosas, todos los productores tuvieron que llevar sus cuantiosas cosechas de aceitunas a los molinos alquilados por el filósofo, obteniendo Tales una pequeña fortuna.

El rapsoda Estesícoro (s. VII a.C.) uno de los nueve poetas líricos, en su obra Juegos en honor de Pelias, detalla los manjares que se encuentran presentes en una boda: “... pasteles de sésamo, espelta molida, pastel de miel y aceite, otros pasteles más y rubia miel”. Otro poeta ditirámbico: Filóxeno de Léucade (s. V a.C.) en su obra El Banquete describe “...y había pastel de queso untado de leche y miel, un ámulo hecho en molde y tortitas amasadas con sésamo y queso, fritas en aceite hirviente”.

Las leyes de Solón dictadas en el s. VI a.C. prohibían la exportación de cereales fuera de las fronteras de la Ática, pero estimulaban, en cambio, las de aceite de oliva. Esta normativa incrementó fuertemente la siembra de extensiones importantes de olivos en territorio ateniense cuyo método y sistema de plantación estaba también legislado, así como la manera de cavar pozos y extraer agua para su riego.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

Jenofonte en su obra “La Economía”, escrita como un diálogo en clave socrática, nos da datos muy valiosos sobre el cultivo del olivo.

El dramaturgo Aristófanes hacía una descripción del Puerto del Pireo y las mercancías que se cargaban en los buques mercantes relatando: “La gente gritaba a la multitud que rodeaba al capitán, comprando artículos de cuero, cinturones y frascos, o ajo, aceite de oliva, redes de cebollas, guirnaldas, anchoas”.

Según la tradición, los ejércitos mercenarios del emperador Jerjes arrasaron la ciudad de Atenas en el 480 a.C reduciéndola a escombros. Tras la épica victoria naval griega en Salamina los atenienses regresaron a su ciudad para encontrarse con la agradable sorpresa de que el quemado olivo del templo del Erecteion volvía a brotar en la primera noche como vívido homenaje a los vencedores.

Un siglo después, en esa misma ciudad, Platón fundaba su Academia en un bosque sagrado de olivos. Al ilustre filósofo le gustaba impartir sus clases magistrales bajo un ejemplar especialmente frondoso.

Su discípulo más aventajado y tutor del gran Alejandro, Aristóteles, relataba con todo detalle los precios que alcanzaban las distintas calidades de los aceites de oliva en la lonja de Atenas. De todos ellos el más apreciado era el “omfakinon” elaborado a base de aceitunas inmaduras. El heredero intelectual de Aristóteles, Teofastro, director de la Academia tras la muerte de su maestro, publicó dos obras que están consideradas como la

primera clasificación botánica escrita nunca: “La historia de las plantas” y “De las causas de las plantas”, en donde también se explican las enfermedades que pueden sufrir. Las referencias al olivo son múltiples. En el capítulo 10 del Libro primero de su “Historia de las plantas”, Teofastro habla de procedimientos fisiológicos que posee el árbol para limitar en el estío la evaporación por los estomas de las hojas: “es característico lo que le ocurre al olivo pues parece que invierten el haz de sus hojas después del solsticio de verano y por eso sabemos que el solsticio ha pasado”. En el capítulo primero del Libro II se detallan los sistemas de multiplicación del olivo y el injerto. Es también Teofastro el que afirma que el olivo solamente nace en tierras que se encuentren como máximo a 60 km. del mar.

En el campo de la medicina, Hipócrates de Cos, el médico más famoso de la antigüedad clásica denominaba al aceite de oliva como “el gran sanador”, mágica pócima que servía para cicatrizar las heridas, sanar cólicos y malas digestiones o como potente analgésico y lo recomendaba incluso para la higiene personal. No olvidemos que los antiguos griegos fueron los primeros en fabricar jabón usando aceite de oliva, talco y ceniza.

Por su parte, Arquestrato de Gela, (s. IV a. C.) considerado como el primer historiador de la gastronomía y precursor de Epicuro, escribió su famoso trabajo en verso Poema del Gourmet del que nos ha llegado algunos fragmentos gracias a la recopilación que hizo Ateneo de Naucratis varios siglos después en su obra Elbanquete de los eruditos. Aquestrato se nos presenta como un incansable viajero que va buscando por distintos países los mejo-

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

es manjares y vinos, dándole una especial importancia a los pescados. Nos ha dejado una de las primeras recetas escritas: “En la ciudad de Torone, debes comprar filetes de vientre de anguila rociándolos con comino y no mucha sal. No agregarás nada más, querido amigo, que aceite de oliva verde”. Aquestrato aboga por la simplicidad en la cocina y afirma que cuanto mejor es la materia prima, menos aderezos o salsas han de añadirse. Al hervir, asar o hacer a la parrilla un buen pescado, hay que acompañarlo tan solo con un condimento simple y aceite de oliva.

Roma: la consolidación definitiva del olivo y del aceite en el Mare Nostrum

Según la tradición, los hermanos Rómulo y Remo descendientes del héroe troyano Eneas vieron la luz bajo las ramas de un olivo. Años más tarde, en el 754 a. C. Rómulo funda la ciudad de Roma. Con el comienzo de la Era Romana, el cultivo del olivo y el consumo del aceite de oliva, sea como alimento, sea como medicina, producto cosmético o como elemento de iluminación, se populariza y se democratiza, alcanza a todas las clases sociales, iniciando una imparable expansión por todos los pueblos del Mediterráneo y uniendo indisolublemente sus destinos.

Las fuentes de estudio en esta materia durante la época romana son numerosas y de muy distinto género y complementan la información proporcionada por la arqueología, la epigrafía y la iconografía.

Entre los principales documentos escritos en materia de olivicultura destacan los textos de los agrónomos latinos Catón

(De agri cultura), Varrón (De re rustica), el gaditano Columela (De re rustica) y Paladio (Opus Agriculturae). Sorprende comprobar la actualidad y la vigencia de gran parte de los consejos de estos expertos en agronomía y olivicultura. Un número importante de estas admoniciones se siguen aplicando en las fincas de olivos en pleno siglo XXI.

Marco Porcio Catón, en el prefacio de su obra antes mencionada (160 a.C.) hace una verdadera alabanza del oficio del agricultor. “Entre los agricultores nacen los hombres más esforzados y los soldados más arrojados y en consecuencia, su oficio es el más virtuoso y el más seguro y el que menos envidia suscita”.

El célebre censor habla ya de distintas variedades de olivo, de la distancia que debe existir entre los troncos al plantarlos, de cual es la mejor tierra y orientación para hacerlo, como hay que abonarlo y podarlo. Y, al referirse al tiempo de la cosecha y al envero de los frutos, afirma: “Cuando esté recogida la aceituna hágase inmediatamente el aceite para que no se eche a perder. Piensa cuantos años vienen grandes temporales y suelen tirar la aceituna. Si la coges rápido y están las prensas preparadas ningún daño causará el temporal y el aceite saldrá mas verde y mejor [...]. Puede hacerse aceite verde y bueno de cualquier aceituna si lo haces en su sazón”.

Asimismo, es muy interesante comprobar los prolijos detalles que da Catón para montar un molino de aceite con sus correspondientes prensas en cada Fundo o la organización y logística que hay que seguir.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

El gaditano Columela afirma que los mejores lugares para plantar los olivos son los templados con pendientes moderadas, como se encuentran en Italia “y por toda la provincia Bética”. Explica que el mejor terreno para el desarrollo del árbol es “el que tiene fondo de cascajo y la capa de encima de arcilla mezclada con arena gruesa”. Paladio, por su parte, recomienda plantar los olivos en las zonas templadas durante Febrero “en tierras cavadas, flanqueando los bordes de los bancales de viñas, junto al camino” y que se encuentren “separados unos de otros entre 15 y 20 pies”.

Tanto Paladio como Columela coinciden en indicar que, en las zonas calurosas, las colinas de alturas medianas donde se planten los olivos deben de estar orientadas al norte y en las frías, al sur, así como en la necesidad de regar los árboles si estos están plantados en lugares secos y cálidos. El hispano da asimismo toda suerte de indicaciones sobre como plantar los olivos, la forma de cultivarlos y trasplantarlos, el cuidado de los árboles, su poda y el arado y estercolado del suelo (recomienda utilizar alpechín diluido en agua, además de estiércol de ganado maduro).

Columela distingue ya 10 variedades distintas de aceitunas, mientras que Plinio alcanza las 15, y aconseja: “El fruto que se coja cada día se muele y se preme al instante” a la vez que, con una visión extraordinaria, censura la mezcla de aceites de oliva de distintas calidades: “Se deberán tener en el almacén tres filas de pilones para echar en el primero el aceite de primera calidad, esto es, el de la primera prensada, en la segunda el de la segunda, y en la tercera, la de la tercera. Es de vital importancia no mezclar el de la segunda prensada y mucho menos el de la tercera con el de la primera”.

El polígrafo y militar Marco Terencio Varrón comenta en el Libro I de su obra *De re rustica* los dos grandes usos del aceite de oliva en una gráfica descripción: “La aceituna, como la uva, da beneficio a la finca por una doble misma vía, una como alimento, otra para que unja el cuerpo, no solo por dentro, sino también por fuera”.

Por su parte, el agrónomo y escritor Rutilio Emiliano Paladio da también interesantes consejos sobre la obtención del aceite de oliva, enfatizando (Libro I de su *Opus Agriculturae*) la necesidad de que los recipientes del aceite estén siempre limpios y se enjuaguen varias veces con agua templada para que los sabores nuevos no se impregnen con el rancio de los aceites anteriores, y recomienda que el aceite se conserve en lugares subterráneos para preservar su frescura (Libro XII).

Como hemos apuntado con anterioridad, la sociedad romana fue la primera que popularizó la utilización del aceite de oliva como alimento, ingrediente, condimento y aliño, además del resto de los usos que tradicionalmente se le daban. Testigo de este consumo generalizado, es el monte Testaccio en Roma que alcanza los 54 m de altitud y que contiene los fragmentos rotos de unos 53 millones de ánforas olearias, el 80% de las cuales procedían de la Bética. Se calcula que en la capital del Imperio se consumían unos 6 litros de aceite de oliva por habitante y año.

En obras como *El Satiricón* de Petronio, se relata con todo detalle el banquete de Trimalción, un ampuloso nuevo rico. En la descripción de los platos, se encuentra incluido, prácticamente en todos los casos, el aceite de oliva como ingrediente fundamental.

*El aceite de oliva:
historia y alma del Mediterráneo*

Plinio, en su *Historia Natural*, describe incluso la preparación de aceites de oliva infundados con otros aceites naturales como por ejemplo “de almendras amargas al cual se añade jugo de aceitunas verdes, cardamomo, junco, cálamo, miel, vino y mirra” y Plutarco de Queronea en su obra *Moralia* pormenoriza recetas cuya base es el aceite de oliva.

Pero es en la obra de Celio Apicio en donde, por primera vez en la historia que conocemos, aparece perfectamente descrito el aceite de olivo como ingrediente fundamental (junto con la sal) de la cocina romana. En el recetario de Apicio llamado *De re coquinaria*, se usa profusamente la expresión “*Oleo condies*”, la cual se traduciría al español con el imperativo “condimentarás con aceite”. Se trata de una frase hecha, una fórmula culinaria que se repite continuamente en numerosas recetas del libro. De las 500 que lo componen, en más de 240 se menciona el aceite de oliva usado en las más variadas formas: para condimentar cualquier plato salado, pero también para confeccionar dulces y postres, aderezar verduras, hervir, freír, untar aves y pescados antes y después de asar, para decorar preparaciones previamente a llevarlas a la mesa y como conservante. Se incluye también el aceite de olivo como tónico y coadyuvante de la digestión.

Y vamos finalizando este recorrido histórico por los distintos pueblos del mediterráneo recordando un bellissimo relato que cuenta el poeta Ovidio en su *Metamorfosis* y que sublima con un lirismo extremo el origen de la sagrada tríada mediterránea a través del mito de las Enótropos. Hijas del rey Anio, soberano de Delos, las tres jóvenes recibieron de Dionisio el don de convertir todo lo que tocaran en vino, trigo y aceite. De aquí sus nombres:

Eno (vino), Spermo (grano) y Elaia (aceite). Al inicio de la guerra de Troya, Agamenón solicita ayuda al rey Anio para que provea de alimentos a sus tropas varadas en la isla de Delos. Las tres hijas del rey comienzan a ejercitar sus dones en favor del ejército aqueo, pero temerosas de perder su libertad suplican a Dionisio que las libere. El dios las escucha convirtiéndolas en palomas.

Conclusión

Tras la caída del Imperio Romano de Occidente, Bizancio recoge el testigo de preservar la cultura del olivo y de proseguir manteniendo al aceite de oliva en su gastronomía, lo cual no representaba complicación alguna puesto que se trataba de una fusión entre la cocina tradicional griega y la romana.

Con la expansión del islam, el olivo empieza a perder su exclusiva mediterraneidad. Se comienzan a plantar árboles en lugares del Asia profunda conforme los seguidores de la religión originaria de la Península Arábiga van conquistando las tierras de occidente bañadas por el mar Mediterráneo y descubriendo el cultivo del árbol del olivo y el zumo de sus frutos. Pero es a principios del siglo XVI cuando se produce la definitiva diáspora del olivo fuera de sus fronteras naturales e históricas. Los españoles embarcan en sus naves rumbo al Nuevo Mundo esquejes y pequeños arboles de olivos que serán plantados en Perú, California, Colombia, Chile o Argentina, para ir universalizando la cultura del olivo y la triada mediterránea, como habían hecho los fenicios 2.000 años antes.

Al día de hoy existen plantaciones de olivar en los cinco continentes y se produce aceite de oliva en más de sesenta países, pero es cierto que el árbol del olivo representa una suerte de metonimia del mar mediterráneo y el aceite de oliva un elemento numinoso (en expresión de Jung) claramente imbricado, como hemos querido demostrar, en el alma, la historia, la esencia y también la dieta de absolutamente todos los pueblos que, entre Algeciras y Estambul, bañan sus sagradas aguas.

realacademiadegastronomia.com
