

# Aceites de Oliva

## CATEGORÍAS COMERCIALES

**Aceite de Oliva:**  
 Contiene exclusivamente aceites de oliva refinados y aceites de oliva vírgenes o vírgenes extra. Recomendado para frituras, salsas, guisos...

**El Aceite de Oliva Virgen:**  
 100% zumo de aceituna con buenas características de sabor y aroma, indicado para los mismos usos que el virgen extra.

**El Aceite de Oliva Virgen Extra:**  
 100% zumo de aceituna, con excelentes características de sabor y aroma.  
 Distinguimos entre:  
**Monovarietal:** Obtenido de una sola variedad de aceituna.  
**Coupage:** Contiene distintas variedades para conseguir los atributos de amargor, picor y frutado deseados.

## PRINCIPALES VARIEDADES

Existen más de 260 variedades de aceites de oliva en España pero las principales variedades son 4:

### Arbequina

**Elaboración**  
 Mahonesa, alioli, vinagretas, carpaccio de mariscos, boquerones en vinagre, salmón marinado, gazpachos y salmorejos, salteados.

**Aplicaciones**  
 Marinados suaves, salsas, cremas frías, masas de repostería.

**Aromas y Sabores**  
 Frutado, manzana y plátano, fluido, dulce.

**Técnicas recomendadas**  
 Crudo, pastelería.

### Cornicabra

**Elaboración**  
 Fritos, salpicón, cebiches, salteados de carnes, moluscos, patatas al horno, masas de pizza, empanadas, churros, rosquillas.

**Aplicaciones**  
 Ensaladas, frituras suaves, masas de panadería.

**Aromas y Sabores**  
 Fruta verde, manzana, ligero picor.

**Técnicas recomendadas**  
 Crudo, frituras cortas, salteados.

Aceites de Oliva  
 Toda una  
**Experiencia**

### Picual

**Elaboración**  
 Ensaladas, fritura andaluza, guisos lentos, conservas de alimentos.

**Aplicaciones**  
 Ensaladas, frituras, patatas fritas, empanados y rebozados, vegetales en conserva, macerados de carnes y caza, Frutado verde, queso, chacinas...

**Aromas y Sabores**  
 Crudo, frituras largas, guisos, amargo.

**Técnicas recomendadas**  
 Crudo, conservas.

### Hojiblanca

**Elaboración**  
 Mahonesa, alioli, vinagretas, cremas frías y calientes, pastas, salteados, pescados fuertes, conservas vegetales.

**Aplicaciones**  
 Ensaladas suaves, marinados de carnes y pescados azules, emulsiones intensas.

**Aromas y Sabores**  
 Hierba fresca, ligero picor, almendra.

**Técnicas recomendadas**  
 Crudo, conservas.

Toda una experiencia de sabor,  
aromas, color, texturas...  
Así son los aceites de oliva. Muy nuestros,  
deliciosos, EXTRAordinarios y también, muy  
variados. Todo un mundo de posibilidades.

¿Quieres conocerlas?

El aceite de oliva es el pilar indiscutible de la dieta mediterránea y posee características saludables, aportando resistencia a la oxidación y manteniendo todas sus propiedades incluso sometido a altas temperaturas.

Pero además, la **diversidad que te ofrecen los aceites de oliva es infinita**. Imagina poder convertir cada momento, cada receta, en una experiencia nueva, sólo cambiando de variedad de aceite de oliva.

Te invitamos a experimentar, a cambiar, a multiplicar las sensaciones en tu cocina con los distintos aceites de oliva y sus aplicaciones.

Y recuerda, la forma de usarlos depende de ti porque lo mejor, **es hacer tuya la experiencia**.

¿Probamos?



Toda una **E**xperiencia



CAMPAÑA FINANCIADA CON LA  
AYUDA DE LA UNIÓN EUROPEA  
Y DE ESPAÑA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN  
Y MEDIO AMBIENTE



ACEITES DE OLIVA  
DE ESPAÑA

Vive la experiencia Aceites de Oliva



@experienciasAO

[experienciasaceitesdeoliva.com](http://experienciasaceitesdeoliva.com)

