

## Newsletter 8

16 luglio 2021

### Serata "Oli ticinesi"

Assaggi di oli ticinesi a Lamone  
20.7.21. Posti esauriti in 4 giorni.

### Guida 2021 agli extra vergini

Da qualche settimana è disponibile la guida di Slow Food con oltre 1'300 oli per orientarsi nel mondo della produzione olearia italiana e scegliere il prodotto giusto da portare in tavola. Costo EUR 16,50.



### Censimento olivi

È sempre possibile annunciare le piante di olivo. Richiedere il modulo per email a [premoli.claudio@gmail.com](mailto:premoli.claudio@gmail.com)

### Assemblea generale 2021

Assemblea convocata per mercoledì 18.8.21. Posti limitati e iscrizione obbligatoria. Trattande sulla convocazione inviata il 12.7.21.

### L'olio extra vergine d'oliva protegge il fegato

I componenti bioattivi dell'extra vergine sono l'acido oleico e i composti fenolici ad alta attività antiossidante che sono in grado di ridurre la lipogenesi e la sintesi del colesterolo, proteggendoci da patologie epatiche.



## Alternativa "ecologica", tramite delle trappole, per combattere la mosca delle olive (*Bactrocera oleae*)

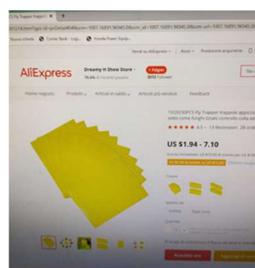
La newsletter no. 7 del 2.7.2021 descrive la situazione generale, la situazione nella Svizzera italiana e possibili misure per attenuare i danni.

Il socio AAO Claudio Rossi ha sperimentato alcune possibilità. Mette quindi le proprie esperienze e conoscenze a disposizione di tutti coloro che cercano una soluzione più ecologica. Qui di seguito le sue annotazioni in merito, con tre possibili tipologie di trappole con la seguente premessa.

L'impiego di esche attrattive naturali non fanno miracoli, ma aiutano a limitare i danni e a scoprire in anticipo il momento in cui le mosche appaiono. A seconda delle stagioni e del clima e della zona, da noi si presentano da inizio agosto in poi, comunque quando c'è la fase di indurimento del nocciolo, periodo in cui la mosca depone le uova poco sotto la superficie delle drupe. Da tenere sempre presente che la mosca dell'olivo è attratta dal colore giallo.

### Prima trappola

La più semplice, basta acquistare delle strisce non velenose che presentino uno strato di colla da ambo i lati. Il colore giallo attira la mosca che rimane appiccicata. Misure: 20 x 10 cm sono più che sufficienti. Consigli: se avete più piante, il costo non è indifferente. Si possono acquistare sui portali di acquisti online come AliExpress, Wish, Amazon Italia (*"trappole gialle appiccicose bilaterali"*), ecc.



### Seconda trappola

Occorrono:  
bottiglie PET di L. 1.5 e fagioli secchi o ceci.

Preparazione:

- Ammollare i legumi in acqua, lasciarli tutta la notte, così cominceranno a gonfiarsi.
- Comprare delle cupolette gialle da applicare sull'imboccatura della bottiglia, questi "tappi", che possono avere diverse forme, presentano piccole aperture da dove entreranno gli insetti. Se sono parecchie piante si possono semplicemente praticare dei fori nella bottiglia, circa tre centimetri sopra l'intruglio, utilizzando un chiodo arroventato di circa 4/5

## Grigliata del 20°

L'associazione offrirà ai soci una grigliata mista per sabato 4.9.21 a mezzogiorno. Maggiori dettagli seguiranno.

## Ancora troppa ignoranza sulla frittura con olio extra vergine di oliva

Grazie alla sua resistenza alle alte temperature, l'olio extravergine di oliva è il miglior olio per friggere. Il suo punto di fumo (temperatura quindi intorno alla quale si creano composti cancerogeni) è intorno ai 210°C. Inoltre, l'olio di oliva extravergine sembra avere una quantità di sostanze che servono non solo a preservare il sapore dell'olio stesso, ma anche a proteggere l'alimento con il quale viene in contatto.

## Sfatiamo il mito che l'olio extra vergine di oliva sia l'unico tipo di olio "sano"

Tutti gli oli d'oliva sono ricchi di grassi monoinsaturi salutari per il cuore, i grassi "buoni". Mentre l'olio extra vergine di oliva trattiene gli antiossidanti offrendo vantaggi aggiuntivi, tutti gli oli di oliva hanno più grassi buoni rispetto ad altri oli da cucina comuni.

## Concorso fotografico

Iniziati gli scatti per l'estate. Tutti gli appassionati possono partecipare al concorso "L'olivo, l'oliva e l'olio d'oliva nella Svizzera italiana". Scadenza 15.11.2021. Regolamento – vedi [www.amicidellolivo.ch](http://www.amicidellolivo.ch)

## Giornata mondiale dell'olivo

L'UNESCO ha indetto la giornata del 26 novembre di ogni anno come giornata dell'olivo. Riservate già sin d'ora la data di questo venerdì 26.11.21

## Associazione Amici dell'Olivo

Via ai Grotti 8  
6862 Rancate  
Cell. +41 79 731 63 83  
Email [premoli.claudio@gmail.com](mailto:premoli.claudio@gmail.com)

mm. Le api o altri insetti utili non sono attirati dall'odore, però se avete qualche dubbio praticare più fori di 3 mm, in modo che vi sia l'accesso solo per la piccola mosca.

- Colorare di giallo l'entrata dei fori; consiglio: pittura ad acqua, inodore.
- Aggiungere qualche manciata di legumi, coprirli con acqua, meno metà bottiglia. Appendere le bottiglie ai rami esterni attorno alla chioma.

I legumi fermenteranno, l'odore pungente attirerà la mosca. Sostituire l'intruglio ogni due settimane, a seconda della stagione. Ricordarsi che l'odore è forte, questo vale anche per la prossima trappola.



## Terza trappola

Occorrono: bottiglie PET di L. 1.5, cupola gialla o simili, o applicare dei fori nella bottiglia come indicato sopra, non dimenticando il colore giallo; sardine fresche o congelate (non sotto olio) e ammoniaca. (Nel 2020 non era più reperibile nei supermercati ticinesi).

Preparazione:

- Mettere nella bottiglia un paio di sardine, a dipendenza della loro grandezza.
- Aggiungere 4 decilitri di ammoniaca e un decilitro di acqua, (le quantità le ho sempre fatte ad occhio, senza allungare troppo l'ammoniaca).
- Appendere le bottiglie ai rami, preferendo il lato est, però un po' all'interno dove non batterà proprio il sole sulla bottiglia. La mosca predilige questo lato, dove i frutti sono riscaldati dal sole alle prime ore del suo sorgere. L'odore pungente attirerà gli insetti, i quali, come per la seconda trappola, entreranno dai piccoli fori, e vi rimarranno intrappolati. L'odore emanato è simile a quello dei feromoni.

Si può scegliere una o più trappole nella stessa pianta. Questo potrebbe servire per sperimentare il metodo più appropriato per la vostra zona.



Claudio Rossi, Gudo  
Info: 079 207 16 36