



PREMESSA

I percorsi proposti si snodano tra i comuni aderenti all'Associazione Nazionale “**Città dell'Olio**”, realtà impegnate nella valorizzazione di un patrimonio identitario profondo.

Questa guida nasce con l'intento di accompagnare il lettore – sia esso viaggiatore, appassionato o esploratore del gusto – alla scoperta di un olio che non è mai solo condimento, ma vera e propria espressione di luoghi.

L'auspicio è che queste pagine non siano unicamente uno strumento informativo, ma diventino anche una chiave d'accesso a territori autentici, fatti di mani esperte, tradizioni custodite con cura, natura generosa e sapori inconfondibili.

L'olio in Sardegna è **memoria, radice culturale, racconto diffuso**. Attraverso i secoli, ha accompagnato la storia dell'Isola, intrecciandosi con il lavoro dell'uomo, con le vicende agricole, economiche e sociali, con le trasformazioni del paesaggio e dell'identità locale. Parlare di olio in Sardegna, dunque, significa anche raccontare un territorio.

Volendo usare l'olio come marcitore di epoche e di luoghi, si potrebbe agevolmente abbracciare l'intero mosaico di comuni che compongono la Sardegna. In questa guida, tuttavia, abbiamo scelto di delimitare il racconto al territorio di competenza della **Camera di Commercio di Cagliari-Oristano**, che ne ha promosso e sostenuto la realizzazione.

Una scelta di campo che si rivela essere un'occasione: l'area che comprende il sud e il centro-occidentale dell'Isola racchiude una straordinaria varietà di cultivar, paesaggi e saperi che ben rappresenta l'eccellenza dell'olio sardo.

L'ASSOCIAZIONE NAZIONALE CITTÀ DELL'OLIO

L'Associazione Nazionale Città dell'Olio è una rete composta da oltre 520 enti pubblici italiani – Comuni, Province, Camere di Commercio, Parchi e GAL – impegnati nella valorizzazione della cultura dell'olio extravergine di oliva e del paesaggio olivicolo come espressione sia economica che sociale dei territori.

La nostra missione è chiara: far conoscere e riconoscere l'olio EVO non solo come eccellenza gastronomica, ma anche come simbolo di un patrimonio identitario che unisce storia, tradizioni, biodiversità e stili di vita.

In questa prospettiva nasce il nostro impegno per una forma di turismo nuova, autentica e coinvolgente: il turismo dell'olio. Un turismo lento, sensibile, relazionale; un turismo di comunità!

Lo promuoviamo attraverso progetti nazionali, tra cui figurano la *Camminata tra gli Olivi*, la *Merenda nell'Oliveta*, il *Girolio d'Italia*, il *calendario Andar per Frantoi e Mercatini*, il format

Nelle pagine successive:
Villa Parigini, comune
di Monteriggioni (Siena),
sede dell'Associazione
Nazionale Città dell'Olio.

educativo *Olio in Cattedra*, il *Club di Prodotto del Turismo dell'Olio* e tante altre iniziative che coinvolgono, famiglie, scuole, operatori e viaggiatori consapevoli.

La "guida" che avete tra le mani rappresenta, per noi, molto più di una semplice pubblicazione: è un progetto editoriale nato dal desiderio di valorizzare e raccontare, in modo autentico e profondo, un territorio ancora poco esplorato.

Un territorio fatto di piccoli paesi, coltivazioni eroiche, paesaggi che incantano e storie che resistono.

Una Sardegna che si rivela lentamente, che si lascia attraversare ma anche comprendere.

Una guida che offre una nuova chiave di lettura a chi ama viaggiare con rispetto, desidera andare oltre la superficie e cerca un nuovo approccio per conoscere luoghi, storie e persone.

Benvenuti nel turismo dell'olio.



1



L'OLIO E
L'ULIVO NELLA
STORIA DELLA
SARDEGNA

IL TEMPO DELL'ULIVO IN SARDEGNA

Come tutti i fenomeni profondamente radicati nella storia e nell'economia di un territorio, anche l'olivicoltura affonda le sue origini in un mito. In un'interessante sintesi che intreccia mitologia greca e tradizioni locali, fu Aristeo – figlio di Apollo e della ninfa Cirene, protettore delle campagne, della pastorizia e dell'agricoltura – a portare l'ulivo su queste sponde.

Approdato in Sardegna, rimase colpito dalla sua bellezza e decise di insegnare agli abitanti l'arte della coltivazione dell'olivo, donando loro una risorsa preziosa: l'olio. Il mito è riportato da autori antichi come Diodoro Siculo e Pausania; lo stesso Diodoro descrive Aristeo come una figura semidivina, poi venerata come un dio.

Tracce antiche: l'olivo in età nuragica

La presenza dell'ulivo selvatico nel contesto locale risale ad epoche preistoriche, a testimonianza di un legame millenario tra il territorio e questa pianta. Meno chiaro è invece il quadro relativo alla coltura e all'uso dell'olio durante l'età nuragica,

periodo che si estende dal 1700 a.C. al 700 a.C. circa. Tuttavia, alcuni indizi fanno pensare che già allora si conoscesse l'arte della spremitura. In diversi siti archeologici, come il Nuraghe Losa di Abbasanta, nella provincia di Oristano, e il Nuraghe Arrubiu di Orroli, nella subregione storica del Sarcidano, sono stati rinvenuti macine e strumenti in pietra che, oltre a essere impiegati per il grano o l'uva, potrebbero essere stati utilizzati anche per estrarre olio dai frutti dell'oleastro e dell'ulivo.

Periodo fenicio punico, coltura ai margini

Del commercio e dell'utilizzo di questo prodotto in Sardegna si hanno notizie – sebbene non diffusamente – già in epoca fenicia, tra il VIII secolo a.C. e il 238 a.C. Le severe politiche agrarie puniche e romane ridussero in modo significativo la coltivazione dell'ulivo: entrambe le potenze assegnarono all'Isola un ruolo cerealicolo strategico, arrivando a scoraggiare – e in certi casi a vietare – la presenza di alberi ad alto fusto, ritenuti un ostacolo alla produzione intensiva di grano e al controllo del territorio.



A destra, da sinistra:
Museo Archeologico
Nazionale di Cagliari,
anfora punica D9-D10
Bartoloni, provenienza:
Sardegna, h 110-115 cm;
anfora fenicia B7
Bartoloni, provenienza:
area mediterranea
centrale, h 70 cm;
anfora punica D4-D6
Bartoloni, provenienza:
area mediterranea
centrale, Sardegna,
h 90 cm.

L'olio in età romana

Benché la produzione non fosse sviluppata, il suo consumo e commercio erano localmente ben radicati.

I numerosi reperti archeologici – anche riferibili al periodo romano, a partire dal 238 a.C. – restituiscono oggi un quadro chiaro delle abitudini legate al suo utilizzo e delle rotte commerciali dell'epoca.

Le numerose lucerne rinvenute dimostrano che si trattava per lo più di olio *lampante*, utilizzato come combustibile per l'illuminazione. Oggetti raffinati come gli *aryballo* – piccoli contenitori per oli profumati – e gli *unguentari*, esposti ad esempio al Museo Archeologico Nazionale di Cagliari, ne testimoniano invece un uso cosmetico da parte delle classi agiate e degli atleti, che lo spalmavano sul corpo prima di raschiarlo via con gli *strigili*, strumenti ricurvi in metallo usati per la detergente, anch'essi oggi conservati nei musei regionali.

Ma sono soprattutto le anfore a raccontare la storia dei commerci e le rotte percorse in epoca romana. Ogni anfora, infatti, aveva una forma specifica in base al prodotto a cui era destinata e talvolta riportava iscrizioni o marchi che ne indicavano origine, contenuto e produttore. Gli archeologi, trovando anfore greche, etrusche, puniche o romane in aree lontane dai luoghi di produzione, sono riusciti a ricostruire i grandi itinerari commerciali.

Le anfore *Dressel 20*, prodotte in Spagna (nell'attuale Andalusia), erano utilizzate per questo tipo di trasporto e sono state ritrovate persino in Britannia. Ne sono emersi esemplari anche in diversi porti antichi, come Cagliari, Olbia, Porto Torres, Nora e Tharros, a conferma del ruolo dell'Isola nelle rotte di approvvigionamento del prodotto spagnolo.

A destra, da sinistra:
Museo Archeologico
Ferruccio Barreca,
Africana II, provenienza:
Byzacena (attuale
Tunisia), h 111 cm;
Museo Archeologico
Nazionale di Cagliari,
Tripolitana I,
provenienza: Nord Africa,
Libia occidentale,
h 95-110 cm;
Dressel 20, provenienza:
Betica (attuale
Andalusia), h 80-85 cm.

È dunque probabile che anche in Sardegna, soprattutto in epoca tardo-romana, nonostante la scarsità di dati a riguardo, si producessero anfore destinate a contenerlo, sebbene in quantità limitate. Sono stati infatti rinvenuti frammenti di anfore "imitative" delle *Dressel 20*, che suggeriscono una modesta produzione e distribuzione interna.

Dal III secolo d.C., con l'espansione della produzione africana – in particolare nella Tunisia romana – approdano anche sull'Isola le più leggere e snelle anfore *Africana I* e *Africana II*, pensate per facilitarne il trasporto. Il Nord Africa era ormai diventato uno dei principali fornitori del prezioso unguento, regolarmente destinato anche ai porti sardi.

CURIOSITÀ

A Cagliari sono stati rinvenuti veri e propri depositi di anfore accatastate, chiaro indizio del ruolo strategico del porto come punto di arrivo e smistamento di grandi carichi destinati alla redistribuzione.



Gli ulivi nei giudicati

Tra il IX e il XV secolo, la Sardegna era suddivisa in quattro stati autonomi noti come giudicati: Arborea, Cagliari, Torres (o Logudoro) e Gallura. Sebbene le fonti storiche sull'olivicoltura in questo periodo siano limitate, vi sono indizi che testimoniano la presenza della coltivazione dell'olivo, soprattutto in alcune aree come il Campidano, il Montiferru e la Planargia.

Non si trattava ancora di una coltura dominante, ma era sufficientemente diffusa da richiedere una regolamentazione.

In questo contesto fu redatto il **Codice Rurale** di Mariano IV d'Arborea, uno dei testi giuridici più importanti dell'epoca, che stabiliva norme precise sulla proprietà degli uliveti, le sanzioni per eventuali danni arrecati agli alberi e persino forme di tassazione in natura, talvolta pagate proprio in olio.

Ulteriori tracce si trovano nei **condaghi**, registri notarili dei monasteri, in cui gli uliveti e il prodotto della spremitura appaiono come oggetti di donazione, pagamento o scambio. Ciò dimostra il crescente riconoscimento del valore di questo bene, soprattutto tra le classi nobili e religiose. In particolare, ai monaci si deve un ruolo attivo nella coltivazione e nella diffusione dell'olivo: veniva utilizzato sia per scopi rituali – come l'illuminazione delle chiese – sia in ambito alimentare, soprattutto durante la Quaresima, quando era vietato il consumo di carne.

CURIOSITÀ

In sardo l'olio di oliva si chiama “*ollu ermanu*”. *Ollu* significa olio, mentre *ermanu* potrebbe derivare dallo spagnolo *hermano*, ovvero “fratello”. Non è da escludere che questa espressione faccia riferimento ai frati, che in determinati periodi storici si presero particolare cura dell'olivicoltura nell'Isola.

L'impulso pisano all'olivicoltura

Con la dominazione pisana (XII e XIII secolo), si aprì un'importante stagione di scambi culturali e trasformazioni agrarie.

Tra le colture maggiormente incentivate dai nuovi dominatori spiccava l'ulivo, che – sotto l'influenza toscana – visse un rinnovato impulso.

I pisani, esperti sia nella navigazione che nell'agricoltura, introdussero tecniche colturali più strutturate e modelli organizzativi ispirati alla mezzadria. Si diffusero così uliveti ordinati, potature regolari e frantoi meglio attrezzati, che cambiarono il volto del paesaggio rurale, in particolare nelle fertili pianure del Campidano, sulle colline del Sulcis-Iglesiente, nell'area di Dolianova, e in Gallura.

CURIOSITÀ

Risale a quest'epoca il grande impulso dato dai conti pisani Della Gherardesca all'uliveto noto come *s'Ortu Mannu* – “il grande orto” – situato nelle campagne di Villamassargia, a circa tre chilometri dal paese. Quest'oasi naturalistica di 13 ettari ospita circa 700 piante plurisecolari tra ulivi monumentali e olivastri, ed è considerata un patrimonio storico e ambientale unico nel suo genere. L'impianto dell'uliveto si deve ai monaci benedettini nel Medioevo. Secondo la tradizione, furono poi i conti pisani a incoraggiare la popolazione locale a innestare gli olivastri spontanei, promettendone la concessione una volta trasformati in ulivi produttivi.

Ancora oggi, *s'Ortu Mannu* è il simbolo di un legame profondo tra comunità e paesaggio: molti degli alberi, fino a pochi anni fa, erano di proprietà delle famiglie del luogo. Con il passaggio dell'uliveto al Comune, ogni pianta è stata affidata in custodia al suo antico proprietario o ai suoi discendenti.

L'uliveto tra epoca spagnola e Savoia

Dal XIV secolo e durante tutta la lunga dominazione spagnola, l'olivicoltura isolana non conobbe sviluppi significativi. Il sistema agricolo di tipo feudale, l'imposizione di pesanti gabelle e un consumo di olio limitato principalmente all'uso interno non incentivarono a investire nella coltivazione dell'ulivo. Al contrario, la popolazione restò perlopiù indifferente alle esortazioni del governo spagnolo, che sollecitava l'innesto degli olivastri e l'ampliamento degli impianti olivicoli.

Le stesse raccomandazioni vennero ribadite e rafforzate in epoca sabauda, dal 1720 al 1861, culminando nell'**Editto delle chiudende** emanato dal re Vittorio Emanuele I nel 1806. Il provvedimento diede il via a una profonda riforma agraria: i terreni comunitari ad uso promiscuo – agricolo e pastorale – vennero recintati e destinati a colture produttive, con un'attenzione particolare alla diffusione dell'ulivo. L'editto prevedeva incentivi considerevoli, compresa la concessione di titoli nobiliari a chi avesse impiantato almeno 4.000 ulivi. Sull'Isola, due marchesati furono assegnati proprio grazie al cosiddetto "*titolo dell'ulivo*".

La riforma, però, non produsse i risultati sperati. Anzi, generò forti tensioni sociali, legate alla privatizzazione di terreni fino ad allora condivisi. Nonostante ciò, l'olivicoltura locale ricevette un impulso duraturo: la superficie coltivata si ampliò e, pur senza raggiungere una dimensione imponente dal punto di vista quantitativo, gettò le basi per l'identità olivicola che conosciamo oggi.

Un'identità fondata sulla qualità più che sulla quantità, profondamente intrecciata alla storia di questo territorio e dei suoi abitanti, e capace di raccontare – attraverso gli ulivi e il loro frutto – i passaggi di tempo, cultura e civiltà che hanno attraversato queste terre.

QUADRO SINOTTICO

PERIODO STORICO	EREDITÀ
Origini	Il mito di Aristeo
Epoca nuragica 1700-700 a.C. circa	Reperti archeologici, macine e strumenti per la molitura
Età fenicio-punica VIII secolo a.C. e il 238 a.C.	Anfore e unguentari
Epoca romana dal 238 a.C. al 456 d.C.	Anfore Dressel 20, anfore africane, unguentari, lanterne, strigili
Età giudicale fra il IX ed il XV secolo	Gli uliveti e le tecniche culturali sono menzionati nel codice di Mariano III. Vari lasciti di uliveti indicati nei condaghi
Dominazione pisana XII e XIII secolo	I conti della Gherardesca incentivano l'innesto degli ulivi e ne donano agli abitanti di Villamassargia il diritto di utilizzo
Dominazione spagnola dal XIV al XVIII secolo	Prammatica di Filippo II, che contiene forti raccomandazioni all'innesto degli olivastri e severe sanzioni per coloro che non ottemperano
Regno sardo piemontese dal XVIII alla prima metà del XIX secolo circa (1720-1861)	"Editto delle chiudende" concepito anche per incentivare l'olivicoltura. Conferimento di cavalierati e titoli nobiliari a coloro che piantano un numero significativo di ulivi

2



L'OLIO NELLA
CULTURA
SARDA

L'OLIO TRA RIMEDI E INCANTESIMI



L'Ulivo e l'olio hanno da sempre rivestito un ruolo centrale nella medicina popolare sarda. Utilizzato in purezza o miscelato ad altri ingredienti naturali, veniva applicato direttamente sul corpo per alleviare numerosi disturbi. Ad esempio, unito a cenere o a prezzemolo, si massaggiava delicatamente sul pancino dei bambini per calmarne le coliche, mentre in infusione con l'aglio, veniva passato sotto la pianta dei piedi dei neonati come rimedio antipiretico.

Particolarmente noto era anche l'*"ollu de Santu Juanni"*, ottenuto infondendolo con fiori di iperico, apprezzato per le sue proprietà antinfiammatorie, così come il preparato al rosmarino, usato come antidolorifico muscolare. Per curare il fuoco di Sant'Antonio, invece, si preparava un cataplasma con olio e sapa, il mosto cotto tradizionale.

Oltre agli usi terapeutici, l'olio d'oliva era, e in qualche caso è ancora, un ingrediente essenziale nei riti magici popolari.

Secondo la tradizione, serviva per scacciare il malocchio: si lasciavano cadere alcune gocce in una ciotola d'acqua e, se si univano tra loro, si riteneva che la persona fosse colpita dal "male". A quel punto, la guaritrice recitava i *brebus*, formule magiche tramandate oralmente e custodite gelosamente. Un rituale simile veniva usato anche per curare l'orzaiole. In una stanza buia, il malato poggiava per tre volte l'occhio sull'imboccatura di una bottiglia ricolma di unguento, mentre la donna officiante compiva gesti apotropaici e pronunciava i *brebus*. La guarigione era attesa entro pochi giorni.

Ancora oggi, l'olio d'oliva continua a essere portato in dono, insieme al sale, a chi inaugura una nuova casa: un gesto di buon augurio che affonda le radici in una cultura millenaria, dove l'ulivo è simbolo di salute, protezione e prosperità.

CURIOSITÀ

Il gesuita Antonio Bresciani, durante il suo viaggio in Sardegna tra il 1844 e il 1846, spinto dalla voglia di scoprire le tradizioni delle cosiddette "antiche nazioni"; raccolse le sue impressioni in un dettagliato diario. In un passaggio emblematico, osserva come i pastori di Orgosolo, per affrontare le fredde notti all'aperto, si cospargessero il corpo d'olio per proteggersi dal gelo e dalle intemperie. Questa pratica, secondo Bresciani, conferiva loro un aspetto lucido e bronzeo, quasi mitologico, che evocava l'immagine degli eroi dell'antica Grecia.

Olio e sortilegi. Le “Cogas” di Villacidro

Nel sud, e in particolare nel paese di Villacidro, l'ulivo e il suo estratto sono legati a una delle leggende più misteriose della tradizione locale: quella delle “Cogas”. Spesso raffigurate come donne dall'aspetto inquietante e dalle unghie lunghe e affilate, potevano assumere un aspetto incantevole quando serviva sedurre, ammaliare o piegare qualcuno alla propria volontà. Erano capaci di mutare forma a piacimento, trasformandosi in animali come gatti, serpenti o persino mosche, per introdursi furtivamente nelle case altrui.

La chiave di queste metamorfosi era proprio l'olio, “*s'ollu po cogai*”, con cui si cospargevano il corpo per compiere i loro incantesimi. Esperte di malefici e nella preparazione di filtri magici, erano temute soprattutto per il loro lato più terrificante: la tradizione le dipinge come streghe-vampiro, attratte dal sangue umano, e in particolare da quello dei neonati non ancora battezzati.

Si ritiene che proprio sotto forma di mosche, considerate manifestazioni di queste creature, si fossero rifugiate tra le radici degli ulivi del parco di San Sisinnio, ricacciate lì proprio dal Santo, invocato dai villacidresi per essere liberati da quelle presenze. Ancora oggi, secondo la tradizione, il 4 agosto – giorno della festa di San Sisinnio a Villacidro – si dice che nel paese non si veda volare nemmeno una mosca.

Un'antica protezione, tramandata fino a oggi, è, inoltre, quella di porre un ramoscello d'ulivo sulla soglia di casa o accanto alla culla del neonato. La sua presenza è un potente scudo contro queste entità, un simbolo di vita e purezza che allontana ogni male. Ma non si tratta dell'unico rimedio: si dice che siano in grado di contare solo fino a sette. Per questo, un vecchio espediente suggerisce di spargere

una manciata di grano o lasciare una scopa accanto all'ingresso. Le *Cegas*, costrette a contare ogni granello o ogni setola, rimangono intrappolate in un ciclo infinito: giunte a sette, devono ricominciare da capo, incapaci di oltrepassare la soglia.

La *Coga* e l'ulivo benedetto

La leggenda narra che, in un villaggio della Sardegna, un bambino vivesse con la sua famiglia in una casa di pietra circondata da un antico oliveto. Una notte d'inverno, sotto una luna piena, una *Coga* arrivò in cerca del piccolo non battezzato per succhiarne il sangue.

Silenziosa come un'ombra, la creatura entrò furtivamente nella casa. Il suo respiro si fece più pesante mentre si avvicinava al bambino. Ma proprio nel momento in cui stava per accostarsi al neonato, un debole raggio di luce entrò dalla finestra socchiusa, infondendo una forza misteriosa nell'aria. La madre, infatti, venne svegliata da un colpo di vento e ricordò una vecchia tradizione: l'unico modo per scacciare una *Coga* era utilizzare un ramoscello di ulivo benedetto. Preso con decisione il rametto, da sempre tenuto accanto al letto, lo alzò sopra la testa e tracciò alcuni segni nell'aria, recitando parole di protezione.

La figura, a quel punto, indietreggiò strisciando, come colpita da una forza invisibile. Le sue mani si protendevano verso l'ulivo, ma il potere sacro del ramoscello la respingeva, come ad erigere una barriera protettiva intorno alla famiglia.

Con un urlo disperato, svanì nel buio della notte. La madre, ancora tremante, posò il ramo sotto il cuscino del bambino e recitò una preghiera. Da allora, il piccolo non fu mai più disturbato, e questa storia divenne un prezioso racconto, tramandato di generazione in generazione.



L'ALTRO OLIO

Conosciuto localmente come *ollu 'e stincu* - l'olio di lentisco - è stato, per secoli, l'alternativa più diffusa all'olio d'oliva in Sardegna. Si ricavava dalla *Pistacia lentiscus*, arbusto spontaneo e tenace della macchia mediterranea.

Fino ai primi decenni del Novecento, l'olio di lentisco è stato uno dei grassi vegetali più utilizzati sull'Isola: più facilmente reperibile rispetto al più pregiato olio d'oliva, ma non meno prezioso, era frutto di un processo estrattivo complesso e laborioso. Il suo intenso profilo aromatico lo rendeva adatto a diversi usi: alimentare – malgrado il sapore deciso –, medicinale e combustibile.

Apprezzato per le sue proprietà antinfiammatorie, veniva applicato sulle ferite, mentre gli scarti della lavorazione erano impiegati come cataplasmi per cicatrizzare le ferite degli animali. Ma del lentisco non si sprecava nulla: le foglie servivano per la concia delle pelli, e il legno, particolarmente combustibile, era usato per produrre carbone vegetale.

Oggi il lentisco è una specie protetta e l'olio si produce in quantità limitatissime, destinato soprattutto all'erboristeria. È scomparso quasi del tutto dalla cucina locale, sopravvive solo grazie a qualche chef creativo che ne riscopre sapori e potenzialità in chiave contemporanea.





OLIVE IN CUCINA: TRADIZIONE IN QUATTRO RICETTE

L'olio extravergine d'oliva è una materia prima viva, che attraversa la storia dell'Isola e ne nutre l'identità gastronomica.

Presente in ogni casa, è protagonista di preparazioni semplici e complesse, di conserve artigianali e antichi rituali del gusto.

A testimoniare la profondità di questo legame, la Sardegna figura nell'elenco nazionale dei Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT) - l'elenco ufficiale del Ministero dell'Agricoltura - con quattro ricette a base di olive che raccontano storie di stagionalità, sapienza e territorio:

- **Le olive verdi in salamoia:** un classico intramontabile della dispensa sarda. Note localmente come *olia cundida*, vengono servite come antipasto o abbinate a pane, formaggi e salumi. Il loro gusto deciso le rende ideali anche per arricchire insalate di verdure o di mare.

- **Le olive "a scabecciu":** ricetta dalle origini antiche, nata verosimilmente dall'esigenza di conservare le olive a lungo, è diffusa in tutta la Regione e particolarmente radicata nel sud, dove si coltivano varietà locali come la "Tonda di Cagliari" e la "Pitz'e Carroga".

- **"S'olia de s'Ortu Mannu pistada":** è una conserva tipica del Campidano, da gustare accompagnata dal pane o come contorno rustico.

- **"Pani cun orìa de Biddamattzraxia":** il pane con olive di Villamassargia è una specialità strettamente legata al periodo della raccolta. In questo comune del Sulcis-Iglesiente, ogni anno si celebra la *Sagra delle Olive* nello scenografico uliveto secolare di *s'Ortu Mannu*, emblema della tradizione agricola e dell'identità locale.



Pane con olive
di Villamassargia.



Olive in salamoia alla sarda

Lavate e asciugate accuratamente le olive. In una pentola, portate a ebollizione l'acqua e aggiungete il sale nella proporzione di 100 grammi per ogni litro. Aromatizzate con alcuni rametti di finocchietto selvatico e lasciate raffreddare completamente. Disponete le olive in barattoli di vetro sterilizzati e copritele con la salamoia fredda. Chiudete ermeticamente e lasciate riposare in un luogo fresco e buio per qualche mese prima di consumarle.

Olive a scabecciu

Sull'Isola esistono diverse varianti di questa preparazione. La versione inserita nell'elenco PAT prevede l'uso di olive ben mature di varietà locali come la "Tonda di Cagliari" e la "Pitz'e Carroga", da deamarizzare con abbondante sale e lasciare per circa una settimana in un contenitore forato, per favorire la fuoriuscita del liquido amaro.

A questo punto, sciacquare le olive, inciderle o pestarle leggermente, quindi rosolarle in olio per qualche minuto. Aggiungere infine qualche cucchiaino di aceto, insieme ad aglio e prezzemolo tritati finemente. Alcune varianti includono anche un pizzico di peperoncino.

A sinistra:
olive in salamoia
alla sarda.
Nelle pagine successive:
olive a scabecciu.



Olia de s'Ortu Mannu pistada o Olive di s'Ortu Mannu battute

Pestate le olive con un colpo secco utilizzando una pietra, in modo da spaccare la polpa senza rompere il nocciolo. Questo procedimento favorisce la fuoriuscita dell'olio e ammorbidisce il frutto.

Dopo la pestatura, mettete le olive a bagno in acqua per alcuni giorni per attenuarne l'amaro, avendo cura di cambiare l'acqua quotidianamente. Sbollentatele poi in acqua salata aromatizzata con finocchietto selvatico, quindi scolatele e lasciatele raffreddare. Si consiglia di consumarle entro pochi giorni, poiché non adatte alla lunga conservazione.

***Pani cun orìa de Biddamattzraxia o Pane con olive di Villamassargia*****Ingredienti**

Per il ripieno di olive:

- 1Kg di olive
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaio di olio
- 1 cucchiaino di strutto
- La scorza grattugiata di 2 arance
- 1 spicchio d'aglio

Per la focaccia:

- 800 g di farina
- 200 g di semola fine
- 1 cucchiaino di sale
- 60 g di lievito di birra

Procedimento

Rosolate le olive in padella a fuoco basso per circa 10 minuti. Aggiungete in ultimo la scorza d'arancia e lo spicchio d'aglio tritato: questo passaggio serve ad addolcire il sapore delle olive.

In una ciotola capiente, impastate la farina e la semola con acqua tiepida e sale, quindi incorporate le olive rosolate. Aggiungete infine il lievito.

Coprite e lasciate lievitare in un luogo tiepido finché l'impasto non avrà raddoppiato il suo volume. Formate quindi le focaccine, copritele con un canovaccio pulito e attendete la seconda lievitazione.

Terminato il processo (il cui tempo varia a seconda della temperatura ambientale), infornate in forno preriscaldato a temperatura moderata fino a doratura.

Nelle pagine successive:
ripieno per il pane
con olive
di Villamassargia.



3



I PAESAGGI
DELL'OLIO

PAESAGGI DELL'OLIO: SUD DELLA SARDEGNA E ORISTANESE

Nel centro-sud dell'Isola, l'olivo è parte integrante del paesaggio, della cultura e dell'identità delle comunità rurali. Le chiome argентate si estendono dalle colline del Parteolla e del Campidano fino agli oliveti storici del Montiferru, passando per Villacidro, la Marmilla, la Trexenta e il Sulcis-Iglesiente. Qui si concentrano circa 17.000 ettari di oliveti – quasi la metà della superficie olivicola regionale – coltivati secondo un modello tradizionale: impianti collinari a bassa densità (circa 100 piante per ettaro), pratiche agronomiche attente al ciclo naturale delle piante, una filiera che privilegia la qualità e la sostenibilità.

Le olive vengono successivamente lavorate in una sessantina di frantoi moderni. È proprio questa cura per la materia prima, diffusa e condivisa, a rendere l'olio locale un prodotto di autentica eccellenza.

La vera ricchezza dell'olivicoltura sarda risiede però nella sua biodiversità: un insieme di varietà locali spesso considerate vere e proprie rarità botaniche.

Un mosaico agronomico straordinario, plasmato dal tempo e dalla cultura, che accoglie esemplari unici per adattamento e carattere. In stretta simbiosi con l'ambiente che li ospita, questi olivi danno origine a prodotti difficilmente replicabili altrove, per profilo sensoriale e complessità.

Frutto di secoli di selezione spontanea e di scelte consapevoli operate da generazioni di olivicoltori, il panorama varietale attuale è il risultato di un doppio processo che unisce, da un lato, l'adattamento e la selezione di varietà esterne e, dall'altro, secoli di domesticazione dell'olivastro autoctono, parte integrante del paesaggio isolano.

Come avviene per il vino, anche per l'olio i principali responsabili dell'identità del prodotto finale nascono dall'equilibrio tra varietà e ambiente di coltivazione. Due fattori chiave, che, insieme, raccontano l'unicità dell'olio sardo.

LE CULTIVAR: IDENTITÀ E CARATTERE

Il panorama varietale del territorio si distingue per ricchezza e tipicità.

La cultivar Bosana è ampiamente diffusa; altre sono legate ad areali specifici: Semidana nell'Oristanese, Nera di Oliena (Ogliastrina) nel Nuorese, Tonda di Cagliari e Nera di Gonnos nel Parteolla, Tonda di Villacidro nel Linas.

Tra le più antiche, la Pitz'e carroga – il cui nome significa “becco di cornacchia” – è particolarmente diffusa nella Marmilla e nella zona di Villamassargia.

Alcuni esemplari di questa specie sono ultracentenari e superano con ogni probabilità gli 800 anni di età.

Queste varietà sono tutelate dalla **Denominazione di Origine Protetta “Sardegna”**, che stabilisce una percentuale minima dell'80% di Bosana, Tonda di Cagliari, Tonda di Villacidro e Semidana nel blend, ma ognuna di esse si presta anche alla produzione di oli monovarietali di grande carattere.

BOSANA

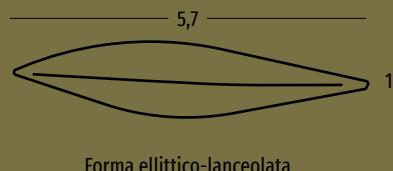
Originaria dell'area di Bosa, è oggi diffusa in tutta la Regione con diverse denominazioni, quali *Olia de ozzu* (Oliva da olio), *Olieddru* (Olivina), *Pibireddu* (Peperoncino, con riferimento alla piccantezza). Cultivar prediletta per l'oleificazione, offre una resa elevata e un intenso profilo sensoriale, caratterizzato da una notevole carica aromatica e gustativa.

La Bosana si presta anche all'impiego come oliva da mensa – sia al verde che al nero – con risultati interessanti soprattutto nelle lavorazioni artigianali.

L'olio presenta note olfattive erbacee marcate, con prevalenza di erba fresca e di cardo – carciofo, mentre mandorla fresca, pomodoro ed erbe aromatiche si percepiscono in modo più tenue. Al palato, amaro e piccante risultano persistenti. L'elevato contenuto di composti antiossidanti conferisce all'olio un'ottima capacità di conservazione.

Ottimo su malloreddus con pomodoro fresco, spaghetti con bottarga di muggine e vongole, bruschette e pane carasau serviti ben caldi ma anche, sempre a crudo, su zuppe di legumi, carni rosse e verdure dal gusto deciso come rape e cavoli.

FOGLIA



Forma ellittico-lanceolata



Curvatura piana

FRUTTO E NOCCIOLINO



Ovoidale

Simmetrico

Base e apice
arrotondati



Ovoidale

Simmetrico

Apice arrotondato
con mucrone



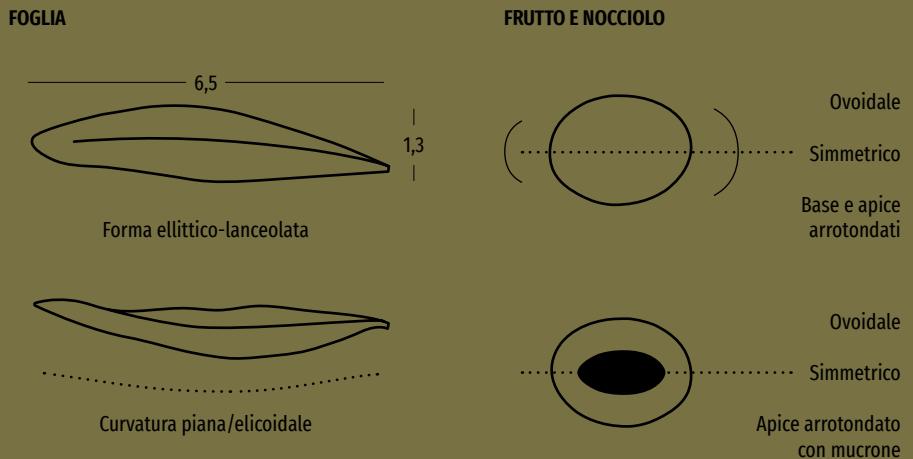
TONDA DI CAGLIARI

Chiamata anche Nera di Gonnos, Majorca, Confetto o Manna, la Tonda di Cagliari è una cultivar caratterizzata da alberi di grande sviluppo. Trova la sua massima espressione nel Parteolla e nella zona di Gonnosfanadiga – da cui prende uno dei suoi nomi più noti – dove rappresenta oltre l'80% dell'intero patrimonio olivicolo locale. È presente, seppur con minore incidenza e sotto differenti denominazioni, anche nel Campidano e in Marmilla.

È molto apprezzata a livello locale per l'impiego come oliva da mensa, in particolare nella lavorazione al verde secondo il metodo naturale, ma anche nella variante tradizionale detta *"a scabecciu"*.

Di eccellente livello qualitativo è anche l'olio, dal profilo sensoriale fruttato medio, di tipo erbaceo, con leggeri richiami a carciofo, mandorla e frutta matura. Al gusto, amaro e piccante si manifestano con intensità contenuta, lasciando spazio nel finale a delicate percezioni floreali.

Versatile e armonico, si abbina perfettamente a minestre di verdure, insalate di campo, ortaggi lessi (come spinaci e zucchine), carpacci di carne, mozzarella, caprese, melanzane grigliate e asparagi.



NERA DI VILLACIDRO

La denominazione richiama la chioma scura degli alberi e la zona di maggiore diffusione: il comune di Villacidro, nel versante sud-orientale del Medio Campidano.

Si tratta di una varietà a maturazione tardiva, conosciuta anche come *Paschixedda* – “Piccola Pasqua” in sardo – a indicare l’epoca di raccolta, prossima al periodo natalizio (in contrapposizione alla *Pasca Manna*, la Pasqua primaverile). Diffusa anche con altri sinonimi come Nera, Sarda, Olianedda, Nostrana e Olieddru terzu, è profondamente radicata nella cultura del territorio.

L’olio si distingue per l’intensità e la complessità aromatica, con presenza di specifici e numerosi descrittori, tanto da rientrare a pieno titolo nella categoria dei fruttati intensi. Al naso dominano sentori erbacei, con spiccate note di pomodoro verde, erba fresca, mandorla ed erbe aromatiche. Tra gli aromi secondari emergono frequentemente sfumature di frutta matura.

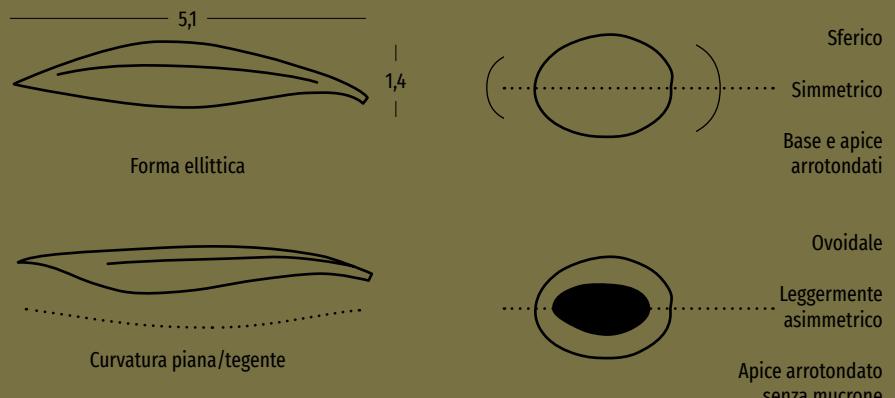
All’assaggio, amaro e piccante si manifestano con decisione, richiamando in particolare il gusto amaro di erbe spontanee come cicoria e tarassaco. Il profilo retro-olfattivo conferma le sensazioni iniziali, con un ritorno marcato di pomodoro verde e aromatiche. Da questa linea varietale si ottengono oli di alta qualità, premiati in numerosi concorsi nazionali e internazionali sia in versione monovarietale che in blend.

Usato a crudo esalta una vasta gamma di piatti: dagli spaghetti con arselle e bottarga alle zuppe, dai carciofi crudi a scaglie – particolarmente quelli di spinoso sardo – a patate lesse, passando per bruschette, insalata di funghi crudi (come gli ovoli), vellutata di zucca, fagioli bolliti e bolliti di manzo.

FOGLIA



FRUTTO E NOCCIOLO



PITZ'E CARROGA

Tra le cultivar più rare e affascinanti del panorama olivicolo locale, la *Pitz'e carroga* – il cui nome significa “becco di cornacchia”, in riferimento alla forma arcuata della drupa – è presente in modo circoscritto, soprattutto nei territori di Gonnosfanadiga e Dolianova. Si tratta di una varietà a maturazione precoce, storicamente destinata alla produzione di olive da tavola verdi, conservate in salamoia al naturale. Il risultato è un prodotto di eccellente qualità, sia sul piano organolettico che commerciale.

Nota localmente anche come *Olia durci* – “oliva dolce” – questa cultivar si distingue per il basso contenuto di polifenoli, che si traduce in un profilo sensoriale morbido, con note amare e piccanti molto attenuate.

Quando raccolta precocemente, l’olio che se ne ricava è elegante, intensamente profumato e caratterizzato da una sorprendente dolcezza (carena di amaro), con sentori floreali, note molto leggere di amaro e piccante da cui deriva una delicata armonia al palato.

Grazie al suo profilo tenue e bilanciato, si presta in modo ideale ad accompagnare piatti dai sapori leggeri, come pesci bolliti (cefali, sogliole, orate) e insalate a base di lattuga o valeriana.

FOGLIA



Forma ellittica



Curvatura piana

FRUTTO E NOCCIOLO



Ovoidale

Asimmetrico
Base arrotondata
e apice appuntito

Allungato

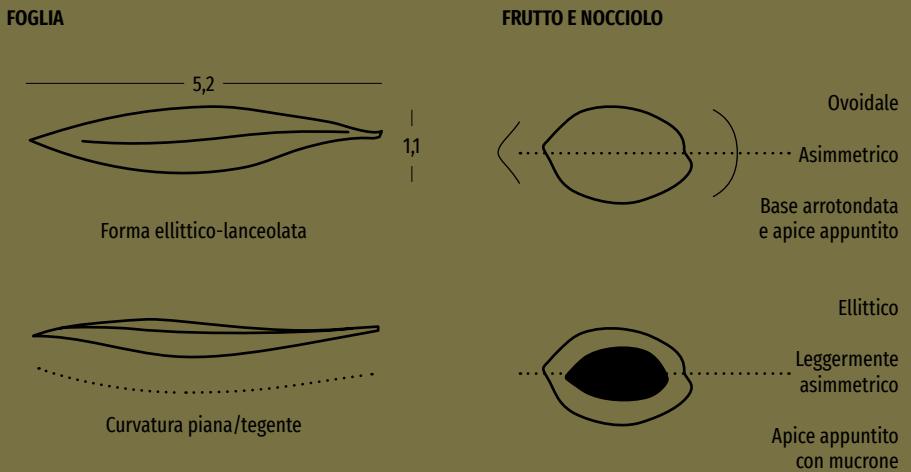
Asimmetrico
Apice appuntito
con mucrone

SEMIDANA

Diffusa prevalentemente nell'Oristanese – in particolare a Seneghe e nei comuni limitrofi – la Semidana è presente, seppur in misura minore, anche in altre aree della parte centro-meridionale dell'Isola. Grazie alle sue eccellenti performance produttive, è oggi sempre più impiegata per nuovi impianti olivicoli. L'origine del nome è incerta: potrebbe derivare da *Semidas*, i sentieri che delimitavano i campi dell'alta Marmilla, lungo i quali era consuetudine piantare filari di olivi. Curiosamente, nelle stesse zone si coltiva un vitigno autoctono a bacca bianca chiamato *Semidano*. Un'altra ipotesi etimologica lega invece il nome al termine "de semini" (ottenuto da seme), a indicare una varietà sviluppatisi localmente.

Da questa varietà si ottengono solitamente prodotti di alto pregio: spiccatamente armonici e complessi, si collocano nella categoria del fruttato medio con note ben bilanciate di amaro e piccante. Al naso e al palato emergono sentori floreali ed erbacei, aromi speziati, pomodoro verde e mandorla fresca. Le sensazioni olfatto-gustative sono persistenti e avvolgenti, tanto da rendere quest'olio protagonista in numerose competizioni, dove ha ottenuto riconoscimenti di rilievo a livello regionale e nazionale.

In cucina si dimostra particolarmente versatile: esalta piatti di mare come le insalate di polpo e miste di mare, ma si abbina perfettamente anche a verdure lesse o carni rosse alla griglia. L'abbinamento con la razza bovina locale Bue Rosso – tipica del Montiferru – è un'esperienza di gusto memorabile. Per chi ama i sapori autentici, basta un filo d'olio su fettine sottili di carciofo spinoso crudo o bottarga di muggine per ottenere un piatto fresco ed appagante.



Un Patrimonio da Proteggere e Valorizzare

Accanto alle varietà principali, l'Isola custodisce anche un ricco patrimonio di cultivar minori – come *Pezz'e quaddu* (Carne di cavallo), *Cariasina* (Ciliegina), *Cornetti*, *Mallocrina*, *Terza*, *Coma de ixibi*, *Landirina*, *Olia de piscaba* – che ne arricchiscono ulteriormente il panorama varietale.

I monovarietali, ottenuti da un'unica varietà di oliva, e le loro combinazioni in blend aprono un universo di aromi, sapori e sfumature sensoriali. Parliamo di oli unici, riconoscibili e distintivi, capaci di parlare non solo agli assaggiatori esperti ma anche a consumatori attenti, curiosi e consapevoli, sempre più sensibili alla qualità e alla provenienza.

A confermare l'assoluta eccellenza di queste produzioni sono i numerosi e costanti successi ottenuti nei più autorevoli concorsi oleari, in Italia e all'estero, dove si impongono come autentiche ecellenze nel panorama mondiale.



4



LA
VALUTAZIONE

MINI GUIDA ALLA VALUTAZIONE DELL'OLIO

Non deve sorprendere, quindi, che chiunque sia attento, curioso e dotato di una minima base conoscitiva possa riconoscere le percezioni sensoriali utili a scegliere un olio di qualità.

Attraverso la combinazione delle sensazioni percepite da bocca e naso, è possibile cogliere l'incredibile varietà aromatica dell'olio, che cambia in base al territorio e alla cultivar di origine. Note di pomodoro verde o maturo, mandorla, erba fresca, foglia d'olivo, mallo di noce, spezie, frutti di bosco, mela, banana, carciofo ed erbe aromatiche sono solo alcune delle sfumature che si possono incontrare.

Un buon olio di oliva non si sceglie "a naso" ma "con il naso".

L'olio d'oliva è l'unico alimento che deve soddisfare requisiti chimici e organolettici prima di arrivare sul mercato. I parametri chimici si misurano in laboratorio, mentre le caratteristiche organolettiche – come aroma, gusto e assenza di difetti – si valutano tramite l'analisi sensoriale.

Se opportunamente allenati, i sensi dell'uomo si rivelano strumenti efficaci nel riconoscere e descrivere le caratteristiche di prodotti alimentari come l'olio d'oliva. Nella valutazione sensoriale dell'olio, i sensi più coinvolti sono l'olfatto e il gusto. Il naso, attraverso l'olfazione diretta e retronasale, fornisce informazioni preziose. L'olfazione retronasale avviene quando l'olio è in bocca: inspirando dalla bocca ed espirando dal naso, le molecole volatili risalgono verso le cavità nasali, dove i sensori raccolgono informazioni per definire il profilo organolettico dell'olio.

Bicchieri in vetro blu cobalto usati nei Panel ufficiali, contenenti 14-16 ml di olio, riscaldati a circa 28°C.
Il colore serve a non lasciarsi influenzare dall'aspetto visivo, che può trarre in inganno.



L'assaggio dell'olio

Come le analisi chimiche, anche l'analisi sensoriale dell'olio d'oliva si basa su un metodo rigoroso e condiviso. Dopo anni di studi, è stato sviluppato il *Panel test*, un sistema riconosciuto dall'Unione Europea dal 1991, che consente di classificare l'olio valutandone il fruttato e la presenza e intensità di eventuali difetti.

Il *Panel test* è una rigorosa analisi sensoriale, condotta da un gruppo selezionato di 8-12 assaggiatori esperti, secondo un metodo standardizzato che regola ogni dettaglio della prova per garantire risultati precisi e ripetibili. Il metodo regola ogni aspetto della prova: dalla sala di assaggio - con controlli su colore, temperatura e umidità - alle cabine individuali, fino all'uso di bicchieri specifici, alla temperatura del campione e all'orario delle degustazioni. Gli assaggiatori, inoltre, devono seguire un codice di comportamento che assicura l'accuratezza della valutazione, evitando, per esempio, fumo, profumi o altre interferenze sensoriali prima della prova. Per descrivere le caratteristiche dell'olio, l'analisi prevede sia un vocabolario generale, applicabile a diversi prodotti alimentari, sia un lessico specifico dedicato all'olio d'oliva, garantendo così che i dati raccolti siano universalmente confrontabili.

CURIOSITÀ

Nei panel riconosciuti, ogni attributo, positivo o negativo, viene indicato nella scheda di profilo su una scala di 10 cm: si segna una "X" sul punto che meglio rappresenta l'intensità percepita, da sinistra (zero) a destra (massima intensità).

TECNICA DI ASSAGGIO



- Per iniziare, versate circa due cucchiai di olio in un bicchierino, come quelli del caffè da asporto.



- Coprite il bicchiere con una mano e, con l'altra, ruotatelo delicatamente: l'olio baggerà le pareti interne e, scaldandosi leggermente, inizierà a sprigionare i suoi aromi.



- A questo punto, scoprite il bicchiere e avvicinatevi al naso. Inspirate lentamente e profondamente: cercate di cogliere tutti i profumi ed eventuali difetti. Questa è la fase olfattiva.



- Passate quindi alla degustazione. Versate in bocca circa un cucchiaino di olio. Fatelo roteare per distribuirlo su tutta la lingua e il palato, così da coinvolgere tutte le papille gustative. Poi, con la lingua sul palato, aspirate delicatamente aria tra i denti.



- Inghiottite una piccola quantità d'olio, lasciandola scendere lentamente, per percepire la sensazione di piccantezza che si sviluppa in gola: è un segno distintivo della freschezza e della ricchezza in polifenoli dell'olio.



- Annote tutte le sensazioni percepite, sia positive che negative, indicando per ciascuna il livello di intensità: è questo il passaggio chiave per una valutazione sensoriale completa e oggettiva.



CONSIGLIO PRATICO

Tra un assaggio e l'altro, pulite il palato con una fetta di mela e un sorso d'acqua frizzante a temperatura ambiente: vi aiuterà a ripartire con la bocca neutra e pronta per valutare un nuovo olio.



5

GLI ITINERARI

ITINERARI



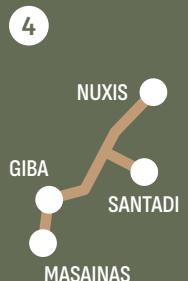
Durata percorso
13 min-11 km



Durata percorso
20 min-18 km



Durata percorso
17 min-14 km



Durata percorso
25 min-22 km



Durata percorso
49 min-49 km



Durata percorso
47 min-43 km



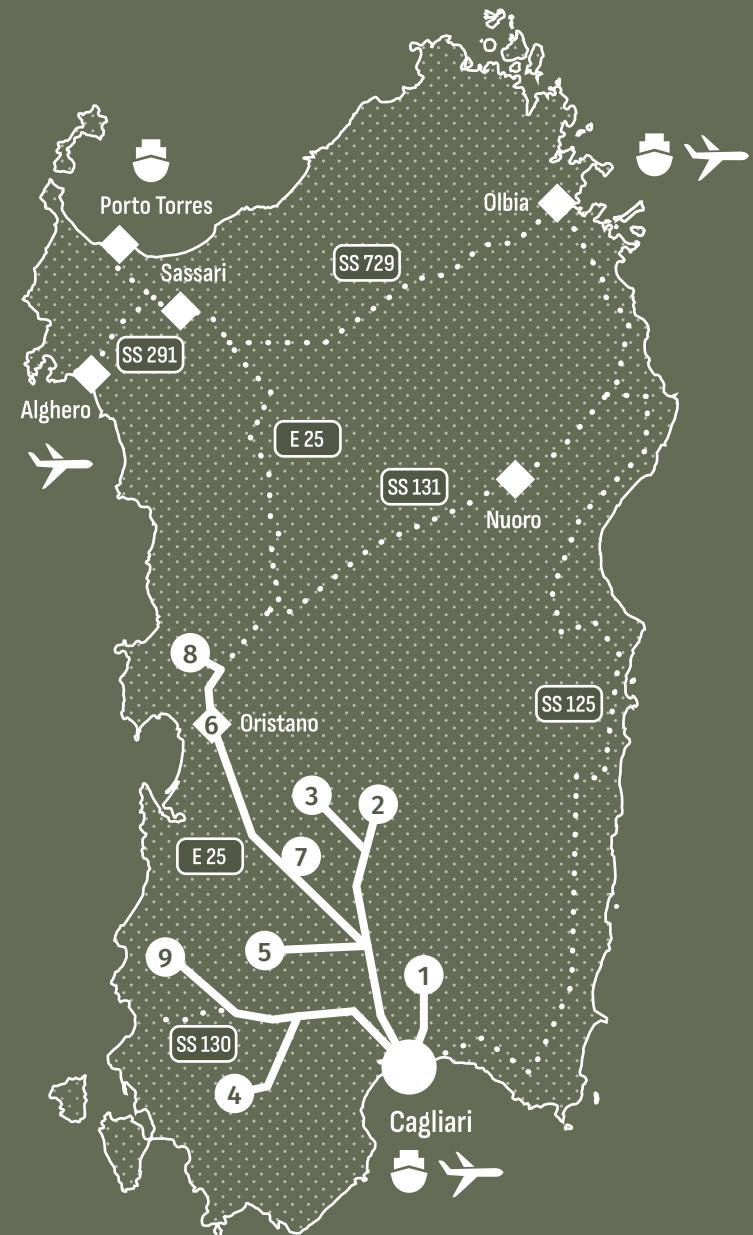
Durata percorso
1 h 15 min-80 km



Durata percorso
47 min-45 km



Durata percorso
1 h 35 min-92 km



ITINERARIO 1



Il toponimo **Parteolla**, probabilmente derivato dal latino *pars olea*, racconta già nel nome la vocazione di questa subregione dell'entroterra cagliaritano: sin dall'antichità, il territorio è fortemente legato alla coltivazione dell'olivo. Ancora oggi, le produzioni agroalimentari costituiscono il cuore economico dell'area, dove uliveti e vigneti si alternano sulle dolci colline che disegnano il paesaggio. Passeggiare tra gli ulivi fino al borgo di **Ussana** è un'esperienza suggestiva, da concludere magari con una sosta in una delle numerose cantine della zona. E tra una degustazione e l'altra, merita una visita uno dei gioielli nascosti del territorio: i resti delle antiche **terme romane** in località **San Lorenzo**, poco conosciuti ma di grande fascino.

Dolianova è uno dei principali centri del Parteolla e conserva testimonianze della sua antica rilevanza politico-economica, come la magnifica **cattedrale di San Pantaleo**, pregevole esempio di romanico sardo, imperdibile per chi visita la zona.

Sempre a Dolianova, vale la pena incontrare il proprietario del museo **Sa Mola de su Notariu**, che con passione racconta la storia e le tradizioni di un piccolo oleificio locale.

COME ARRIVARE

Cagliari-Dolianova
SS387 / 30 min-20 km

Dolianova-Ussana
SS466 / 13 min-11 km

DOLIANOVA USSANA

LE FESTE DEL GUSTO

DOLIANOVA/ Novembre
Sagra del Vino Novello

Info: +39 070 7449349/ +39 070 74493090

USSANA/ Ottobre
Tempus de Binnenna

Tre giorni dedicati ai vini ed ai sapori locali.

Info: Comune di Ussana +39 070 918941

GLI ACQUISTI GOLOSI

Oltre al vino, all'olio ed alle conserve, nel Parteolla si possono trovare degli eccellenti formaggi al caseificio Argolas dove sono possibili anche delle visite guidate.

Percorso ideale per uno shopping del golosissimo.



A destra: cattedrale di San Pantaleo, Dolianova.

ITINERARIO 2



COME ARRIVARE

Cagliari-Gesturi
SS131+SS197 / 56 min-67 km

Gesturi-Gergei
SP5+SP9 / 17 min-16 km

Gergei-Escolca
SP9 / 3 min-2 km

GESTURI
GERGEI
ESCOLCA

In un piccolo triangolo geografico, dove si intersecano le sub-regioni sarde della **Marmilla** e del **Sarcidano**, si condensa un patrimonio straordinario di meraviglie naturalistiche, ambientali ed etnografiche. I paesi che compongono questo itinerario, caratterizzati da deliziosi centri storici, vantano una straordinaria prossimità a monumenti archeologici unici al mondo: il **santuario di Santa Vittoria a Serri** - un imponente e affascinante complesso -, i villaggi intorno al **nuraghe Santu Perdu di Gergei**, fondati in epoca nuragica e abitati fino al Medioevo e l'imponente patrimonio archeologico di **Gesturi**, con circa trenta nuraghi. Quest'ultimo centro è anche meta di turismo devozionale, avendo dato i natali al miracoloso Fra Nicola.

Per chi desidera un'immersione totale nella natura più incontaminata, un'escursione alla **Giara** (Sa Jara manna in sardo) è d'obbligo. Questo altopiano basaltico di origine vulcanica ospita un meraviglioso parco naturalistico popolato dai cavalli selvatici di razza autoctona. La visita al parco è magnifica tutto l'anno, ma all'inizio della primavera diventa un'esperienza unica, quando i laghetti che lo punteggiano (*is paulis* in lingua locale) si ricoprono di migliaia di piccoli fiori bianchi.

Non si può lasciare la zona senza un "sessineddu", una composizione di frutta, fiori e dolci tenuti insieme da giunchi abilmente intrecciati dalle donne di **Gergei**. Su Sessineddu viene offerto a San Biagio, il 3 febbraio, in onore della sua festa molto sentita in paese, per invocare la protezione dai malanni alla gola.

Assolutamente da provare, a **Escolca**, le esperienze proposte dall'oleificio "**Sa Mola**": dalla degustazione tra antichi attrezzi agricoli al suggestivo *glamping* tra gli ulivi.

A destra: giara di Gesturi.





LE FESTE DEL GUSTO

GERGEI

Saboris Antigus

A partire dai primi di ottobre, il ciclo di sagre anima numerosi comuni di quest'area, tra cui Gergei. Una profusione di sapori tradizionali, proposti in divertenti contesti d'antan, è in grado di incantare anche il viaggiatore più esigente.

Info: <https://www.facebook.com/@saborisantigus/>

ESCOLCA/ Maggio

Sa Die de S'Ollu et su Liori

Nel mese di maggio, Escolca contribuisce alle "feste golose" con la Festa Dell'olio e Del Pane. Lungo le stradine del centro storico, si possono trovare assaggi, laboratori artigianali e musica tradizionale.

Info: <https://www.facebook.com/a.t.proloco.escolca>

GESTURI/ Marzo

Sagra dell'Asparago

Nel mese di marzo, Gesturi celebra l'asparago in tutte le sue declinazioni con una sagra dedicata a questo prelibato vegetale. L'evento propone menù a tema, degustazioni ed escursioni verso la Giara.

Info: +39 3403840950



GLI ACQUISTI GOLOSI

I formaggi del caseificio Garau di Gesturi. A Gergei, le Tenute Olianás invitano a scoprire i loro vini e ad approfondire l'affascinante metodo arcaico dell'affinamento in anfore di terracotta.



A sinistra: santuario archeologico di Santa Vittoria.

A destra, su sessineddu.

ITINERARIO 3



COME ARRIVARE

Cagliari-Genuri
SS131+SS197 / 58 min-69 km

Genuri-Sini
SP5+SP42 / 3 min-2 km

Siddi-Sini
SP46 / 14 min-12 km

GENURI SINI SIDDI

Si tratta di paesi situati nella regione dell'**alta Marmilla**, all'ombra della Jara Manna, caratterizzati da incantevoli paesaggi rurali, solcati da pittoreschi corsi d'acqua e uniti da una comune vocazione agricola e da una copiosa produzione olivicola. Un vero e proprio filo rosso li connette: il gusto.

A **Siddi**, ogni anno ad agosto, si tiene l'imperdibile Festival "**Appetitosamente**". Per tre giorni, degustazioni, incontri con chef stellati e conversazioni sul cibo animano il paese e i boschi circostanti. Sempre a Siddi, è d'obbligo una visita al **Museo delle Tradizioni Agroalimentari della Sardegna - Casa Steri**. Ospitato in un'antica abitazione padronale, questo museo, unico nel suo genere, ricostruisce gli usi agroalimentari dell'Isola attraverso l'illustrazione dell'organizzazione dei cicli produttivi agrari, con un focus particolare sulla produzione di olio.

Genuri è un incantevole villaggio circondato da ulivi centenari, che tracciano il cammino anche verso il nuraghe di San Marco, un importante monumento alla periferia del paese, recentemente aperto alle visite. Tra i saperi locali tradizionali, spicca l'arte dell'intreccio delle palme: stupendi manufatti di arte povera che trionfano in paese durante la settimana di Pasqua.

A **Sini**, si ha la sensazione di essere al cospetto di qualcosa di magico quando ci si ferma ad ammirare l'**ulivo millenario**, monumento naturale della Sardegna. Situato, assieme ad altri ulivi antichi, nel parco comunale, quest'albero vanta una circonferenza di circa 13 metri alla base del fusto e un'altezza di oltre 15 metri.

A destra: ulivo millenario, Sini.

LE FESTE DEL GUSTO

SIDDI/ Agosto **Appetitosamente**

Ogni agosto, Siddi si trasforma per il suo festival annuale: tre giorni in cui il paese e i boschi circostanti diventano teatro di degustazioni, incontri con chef stellati e conversazioni appassionate sul cibo.

Info: Comune di Siddi +39 070 939888
<http://www.comune.siddi.su.it/>

GENURI **Pai, Casu e Biu a Rasu**

A Genuri, solitamente in estate, si tiene questa festa dedicata ai sapori più autentici del territorio. Protagonisti assoluti gli antichi pani tradizionali, proposti in degustazioni e laboratori. Per le date esatte, si consiglia di contattare la Proloco locale.

Info: Proloco di Genuri +39 3476078498

GESTURI/ Intorno al 22 aprile **Su Pani 'e Saba**

Dolce tradizionale a base di mosto cotto e frutta secca, riconosciuto tra i PAT. Ogni anno, intorno al 22 aprile, Sini ospita l'omonima sagra. L'intera comunità celebra questo goloso simbolo identitario con laboratori di preparazione e banchi di degustazione.

Info: Proloco di Sini proloco.sini@gmail.com

GLI ACQUISTI GOLOSI

A Genuri, l'eccellenza dei prodotti alimentari locali, con l'olio in primo piano, è tutelata dal marchio comunale **Jauni's**, una vera garanzia per acquisti autentici e a chilometro zero.



ITINERARIO 4

Sa Marchesa ■ NUXIS

GIBA ■ SANTADI

MASAINAS ■ Area archeologica di Pani Loriga

COME ARRIVARE

Cagliari-Nuxis
SP2+SS293 / 55 min-52 km

Nuxis-Santadi
SS293 / 11 min-10 km

Santadi-Giba
SS293 / 10 min-9 km

Giba-Masainas
SS195 / 4 min-3 km



NUXIS
SANTADI
GIBA
MASAINAS

Il Basso Sulcis è un'area multiforme, costellata da suntuosi siti archeologici come **Pani Loriga** e **Sa Marchesa**. Qui si trovano anche affascinanti vestigia minerarie, parchi incontaminati, e grotte millenarie dal fascino straordinario, tra cui spicca **Is Zuddas**. La storia del territorio è custodita anche in piccoli musei dai suggestivi reperti, mentre il mare offre spiagge bianchissime e insenature, vero paradiso per i surfisti.

Più che un itinerario, questo è un vero e proprio viaggio nel cuore di quel piccolo continente che è la Sardegna, dove nel raggio di pochi chilometri si concentrano natura, storia e tradizioni.

Elemento centrale di questo percorso è l'enogastronomia. Gli oliveti cedono il passo a placidi vigneti e nelle cantine del territorio è possibile degustare alcuni tra i migliori vini dell'Isola, accompagnati da formaggi, pane fragrante, funghi e carni robuste. Il prezioso olio locale, protagonista indiscutibile, esalta in particolare i carciofi di Masainas.

A **Santadi**, ogni agosto, la tradizione rivive con **Sa Coia Maurreddina**, un suggestivo matrimonio in costume, celebrato secondo ceremoniali antichi: un trionfo di abiti tradizionali, musica e balli, affascinante anche per i meno romantici.



A destra: ulivi dell'area di Giba e Masainas.





6

I PRODUTTORI
E I FRANTOL

I COMUNI

Come leggere le schede

-  FRANTOIO
-  IMBOTTIGLIATORE
-  CANTINA
-  CONFEZIONATORE
-  MUSEO DELL'OLIO
-  AGRITURISMO
-  ATTIVITÀ DELL'OLIO



1. CAGLIARI CITTÀ METROPOLITANA

- Campidano di Cagliari**
Assemini
Capoterra
Pula
San Sperate
Sarroch
Sestu
Silíqua
Villaspeciosa
- Gerrei**
San Nicolò Gerrei
- Monreale**
Vallermosa*
- Parteolla**
Dolianova*
Donori
Serdiana
- Sarrabus**
Castiadas
- Sarcidano**
Escolca*
Isili
- Trexenta**
Guamaggioire

CCIAA Cagliari – Oristano

2. MEDIO CAMPIDANO

- Marmilla**
Barumini
Sanluri
Ussaramanna*
Villamar
- Monreale**
Arbus
Gonnosfanadiga*
Villacidro*

3. SULCIS IGLESIENTE

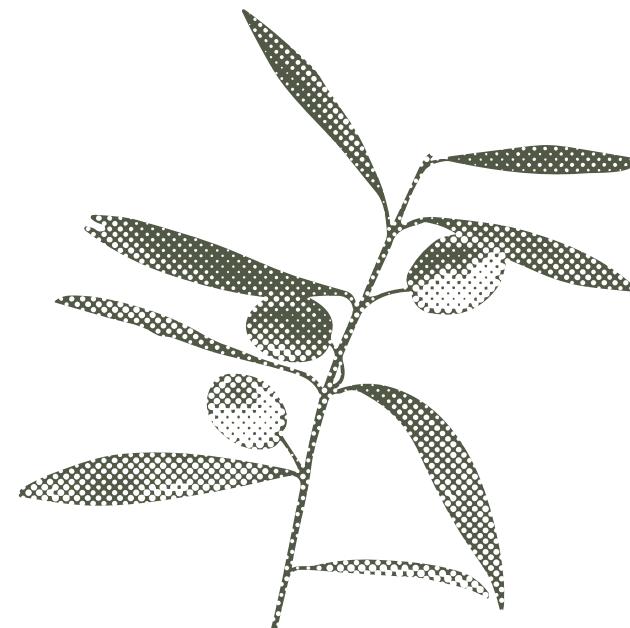
- Sulcis Iglesiente**
Narcao
Nuxis*
Santadi*
Villamassargia*
Villaperuccio

4. ORISTANO

- Campidano di Oristano**
Cabras
Oristano*
Riola Sardo*
Siamanna
Tramatza
- Montiferru**
Bonarcado
Cuglieri*
Seneghe*

CCIAA Cagliari – Oristano

*  Associazione Nazionale
Città dell'Olio



CAGLIARI CITTÀ METROPOLITANA



GERREI

SAN NICCOLÒ GERREI
50 km da Cagliari



Coop. Agricola San Nicolò Gerrei
Agriturismo Su Niu de S'Achili

Località su Niu de S'Achili
+39 070 950316 +39 3402251762
Sempre aperto



La Cooperativa San Nicolò Gerrei, guidata
da Luigi Erriu, gestisce diverse attività, incluso
il patrimonio forestale comunale.

Immerso in questo contesto boschivo si trova
l'agriturismo Su Niu de S'Achili - "il nido dell'aquila"
– dove viene prodotto l'omonimo olio extra vergine
d'oliva.

La cucina dell'agriturismo valorizza quest'olio
in ogni pietanza offerta ai propri clienti.
Viene impiegato per esaltare le verdure coltivate
nei campi della cooperativa, le carni allevate in loco
e, semplicemente, gustato su pane abbrustolito
nel camino a legna.



VILLACIDRO
55 km da Cagliari



**Az. Agricola
Monte Margiani**

Via su coddu de is abis, 45
+39 3480809905
www.montemargiani.com
montemargianiolearia@gmail.com
Sempre aperto



Da oltre trent'anni, Gianfranco Deidda conduce l'azienda con un impegno totale per il metodo biologico. Qui, la coltivazione si concentra su cultivar autoctone come la Nera di Gonnos, Semidana, Bosana e Nera di Villacidro.

La raccolta avviene a mano con l'ausilio di scuotitori meccanici, e le olive vengono molite entro 24 ore per preservarne intatte le preziose proprietà organolettiche. La lavorazione è rigorosamente a freddo, impiegando una centrifuga a due fasi e gramole chiuse.

L'olio extra vergine d'oliva prodotto si traduce in una gamma variegata che include sia monocultivar che blend, tutti certificati biologici. La monocultivar Nera di Gonnos offre un fruttato leggero e delicato, mentre la monocultivar Bosana si caratterizza per un fruttato intenso, medio-alto. La monocultivar Semidana presenta un fruttato anch'esso medio-alto, e la monocultivar Nera di Villacidro vanta un fruttato medio.

I blend, invece, combinano sapientemente le cultivar Semidana-Bosana, Nera di Gonnos-Bosana, e Nera di Gonnos-Bosana-Semidana. A completare l'offerta, si aggiunge, infine, il primo Novello.

VILLACIDRO
55 km da Cagliari



Frantoio Fratelli Serra

Zona Industriale, Strada C4
+39 070 9311199
www.olioextravergineserra.it
frantoiroserra@gmail.com
Chiuso domenica



Con cinque generazioni di olivicoltori, la famiglia Serra vanta oltre cento anni di storia, passando dalla molitura con i cavalli agli attuali e moderni impianti a ciclo continuo. Oggi, i fratelli Serra lavorano in un opificio di recente costruzione, dove eseguono la molitura conto terzi, garantendo la stessa massima qualità che ricercano per il loro olio extravergine.

La gamma degli oli extra vergine si distingue con *Spendula*, un blend ottenuto da olive del territorio. Questo olio è disponibile anche nel pratico formato da 100 ml, ideale per il trasporto in aereo, e in diversi formati in bottiglia nera o in lattina fino a 5 litri. Un altro prodotto di punta è il *Non Filtrato*, pensato per la ristorazione o per chi desidera fare scorta, disponibile in formati PET da 2 e 5 litri. L'azienda arricchisce la sua offerta con una varietà di oli aromatizzati: al peperoncino, al cedro, al mirto, al basilico, al rosmarino e al tartufo bianco, in pratiche lattine da 100 ml.

Completa la loro proposta, un'interessante linea di cosmesi a base di olio d'oliva: prodotti per il viso (crema e saponetta), per il corpo (crema e spuma) e stick per le labbra.

A destra: ulivi di Villacidro.



ALTRI PRODUTTORI

NARCAO

62 km da Cagliari



Az. Agricola Elia Argiolas

Via Nazionale 4 - Fraz. Rio Murtas

+39 3245625675

azienda.argiolas@gmail.com

Sempre aperto



NUXIS

56 km da Cagliari



Frantoio Oleario F.lli Marras

Strada Statale 293 di Giba - km 52.600

+39 0781 957569 +39 3803099275

frantoio.marras@tiscali.it

Chiuso domenica



NUXIS

56 km da Cagliari



Frantoio Oleario Tatti Marinella

Via G. Mazzini, 16

+39 0781 957163 +39 3803099275

Sempre aperto



SANTADI

66 km da Cagliari



Frantoio Oleario F.lli Sais

Via Tempio, 1

+39 3483822399

Chiuso domenica



VILLAMASSARGIA

53 km da Cagliari



Az. Agricola Nicola Vacca

Regione Monte Cadelano, snc

+39 3517413888

vacca.france@gmail.com

Sempre aperto

VILLAMASSARGIA

53 km da Cagliari

Masseria de Nannai Salumificio artigianale

Regione Monte Gioiosa, 2

+39 3453017281

www.taplink.cc/masseriadenannai

masseriadenannai@gmail.com

Chiuso domenica



VILLAMASSARGIA

53 km da Cagliari

Ventanas B&B - Residenza creativa

Via Mercato, 11

+39 3288384201

www.ventanas.it

info@ventanas.it

Sempre aperto



MORGONGIORI
78 km da Cagliari



Az.Agricola Giorgio Sequi
Olio EVO Oliva Santa Suia

Località Santa Suia Monte Arci
+39 3453367645
info@santasuia.it
Sempre aperto



NARBOLIA
111 km da Cagliari



Az. Agricola Piredda
di Matteo e Maria Piredda

Località Su Bangiu
+39 0783 57449 +39 3491216117
opmagricola@gmail.com
Sempre aperto



NURACHI
110 km da Cagliari



Oleificio di Carta Arturo

Via Enzo Ferrari, 5
+39 0783 410074 +39 3487751121
Sempre aperto



SAMUGHEO
115 km da Cagliari



Frantoio Oleario Bioli

Località Pranu is Frocchiddos
+39 3470861177
Chiuso domenica



SAN VERO MILIS
107 km da Cagliari



Oleificio Carta di Carta Arturo

Via del Bianco, 114
+39 0783 411457 +39 3487751121
Sempre aperto



SENEGHE
118 km da Cagliari



Az. Agricola Mastinu Salvatore

Via XXIV Maggio, 16
+39 3497381332
Chiuso domenica

SENEGHE
118 km da Cagliari



Az. Agricola Salaris e Case Vacanze
di Gianluigi Salaris

+39 3911733168
www.salaris.it
info@salaris.it
Chiuso domenica



SENEGHE
118 km da Cagliari



Pretziosa
Az. Agricola di Giovanni Mastinu

Via Cagliari, 28
+39 3400882024
www.pretziosa.it
mastinugiovanni@gmail.com
Chiuso domenica

SENEGHE
118 km da Cagliari



Az. Agricola Alim. Sar
di Bruno Cosseddu

Via Po, 4
+39 3911507859
www.alimsar.com
alimsar@gmail.com
Chiuso domenica



SENEGHE
118 km da Cagliari



Az. Agricola F.Illi Andria

CORSO UMBERTO, 99
+39 3473471786
ettorean@gmail.com
Sempre aperto

SENEGHE
118 km da Cagliari



Az. Agricola Cosseddu

Via Josto, 13
Vicolo I Deffenu, 6
+39 3472334313
Sempre aperto

SIMAXIS
100 km da Cagliari



Frantoio Oleario Agrintec
di Marco Fois

Località Feurreddha
+39 3493751798 +39 3495250683
agrintec@tiscali.it
Chiuso domenica



SINI
72 km da Cagliari



**Oleificio Sorelle Figus
di Atzori Pierfranco**

Zona PIP
+39 3478829945
pieroatzori79@gmail.com
Sempre aperto



TERRALBA
79 km da Cagliari



Az. Agricola Sa Contissa

S.S. 126 - km 110
+39 3457676798
Chiuso domenica



USELLUS
85 km da Cagliari



Oleificio Eredi di Luigi Carcangiu

Zona Artigianale - Via Quadrivio Escovedu
+39 3474534623
Sempre aperto



A destra: torre di Mariano II, Oristano.



GLOSSARIO

CARATTERISTICHE E ATTRIBUTI

Acidità

Indicatore chimico della qualità dell'olio extravergine d'oliva, misurato in percentuale di acido oleico. Non è percepibile al gusto e deve essere, nel caso dell'extravergine, per legge, ≤ 0,8%.

Amaro

Caratteristica sensoriale dell'olio extravergine d'oliva. È legata alla presenza di composti fenolici ed è indice di freschezza e di olive verdi o inviate (maturazione nella fase intermedia).

Fruttato

Sensazione olfattiva che ricorda il frutto sano, fresco, colto al giusto grado di maturazione. Può essere verde (se richiama erba, carciofo, pomodoro, mandorla verde, ecc.) o maturo (se evoca mela, banana, mandorla dolce, ecc.). Può variare in intensità da leggero a intenso.

Piccante

Sensazione di "pizzicore" avvertita in gola, indice di freschezza e alta presenza di polifenoli. Tipica degli oli appena franti.

Polifenoli

Composti chimici antiossidanti naturali presenti nell'olio extravergine, svolgono un importante ruolo sia in termini di salute, sia in termini di sensazioni gustative quali amaro e piccante.

PROCESSI PRODUTTIVI

Coltivazione eroica

Metodo agricolo praticato in territori impervi o a rischio di dissesto idrogeologico, come pendii ripidi, terrazzamenti o zone montane, dove le condizioni impediscono la meccanizzazione.

Fermentazione anaerobica

Processo metabolico che avviene in assenza di ossigeno durante il quale alcuni microrganismi scompongono sostanze organiche generando energia e producendo composti come alcol, acidi organici o gas e causando difetti sensoriali come riscaldo o avvinato nell'olio.

Frangitura

Prima fase dell'estrazione dell'olio in cui le olive vengono frantumate meccanicamente per ottenere la pasta oleosa, composta da polpa, nocciolo tritato e olio.

Frantoiano

Professionista addetto alla trasformazione delle olive in olio.

Sansa

Residuo solido del processo di estrazione dell'olio d'oliva. Oltre all'uso alimentare - previo trattamento -, la sansa esausta trova impiego nell'industria, tramite l'uso di solventi.

Spremitura "a freddo"

Processo di estrazione che avviene meccanicamente a basse temperature, non superiori a 27°C. Condizione che consente all'olio di mantenere intatti profumi, polifenoli e nutrienti. Può essere dichiarato in etichetta solo se tutta la lavorazione avviene "a freddo".

ALTRI TERMINI

Bag-in-Box

Confezionamento in cui l'olio extravergine viene conservato all'interno di una sacca flessibile sigillata, inserita in un contenitore rigido di cartone. Questo metodo garantisce una migliore conservazione del prodotto e ne facilita il dosaggio.

Blend

Miscela di oli ottenuti dall'unione di diverse varietà di olive.

Cultivar

Varietà specifica di olivo, coltivata per le sue peculiari caratteristiche agronomiche e qualitative.

Drupa

Termine con cui viene indicato il frutto dell'olivo.

Monocultivar

Olio realizzato esclusivamente dalla spremitura di olive appartenenti a un'unica varietà.

Panel

Gruppo ufficiale di assaggiatori addestrati secondo il metodo del Consiglio Oleicolo Internazionale (COI), incaricato di valutare difetti e pregi sensoriali dell'olio.

Retronasale

Percezione degli aromi che avviene quando i composti volatili, rilasciati durante la deglutizione, risalgono dalla bocca verso la cavità nasale posteriore.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRADIA

LIBRI

A.a. V.v. *Guida agli extravergini. Come sceglierli e dove trovarli*, Slow Food, 2025

A.a. V.v. *Le Città dell'Olio*, Associazione Nazionale Città dell'Olio – Touring Club Italiano

A.a. V.v. *L'olio in Sardegna. Storia, tradizione e innovazione. Edizione illustrata*, Ilisso, 2014

A.a. V.v. *Oleario - Dove l'Italia lascia il segno - Carta degli oli*, Rete Rurale Nazionale - Ministero dell'Agricoltura, della Sovranità Alimentare e delle Foreste

A.a. V.v. *Oli d'Italia 2025*, Gambero Rosso, 2025

A.a. V.v. *Olio extra vergine Sardegna. L'agroalimentare a marchio di qualità*, Laore - Agenzia Regionale per lo Sviluppo in Agricoltura, 2014

A.a. V.v. *Olio da Olive: Percorso qualità - Conoscere, migliorare, valorizzare le produzioni olearie della Sardegna*, Consorzio Interprovinciale per la Frutticoltura Cagliari-Oristano-Nuoro

Bandino Giovanni; Moro Carlo; Mulas Maurizio; Sedda Piergiorgio. *Le varietà di olivo della Sardegna*, Consorzio Interprovinciale per la Frutticoltura, 2000

Duller A.; Shardon Lisa. *Guida Pratica all'Olivicoltura*, 2025

Fancello Giovanni; Chessa Sara. *Grazia Deledda e il Cibo-Da Omero ai giorni nostri*, Arkadia Editore, 2024

Pallotta Susanna; *Olio di Oliva*, 2025

Prestini Francesco; Prestini Sebastian; Prestini Dawid. *Il Sommelier dell'Olio: Guida Pratica per Diventare un Degustatore Professionale di Olio d'Oliva*, 2023

Ricci Nanni; Soracco Diego. *Extravergine. Manuale per conoscere l'olio d'oliva*, Slow Food, 2009

Scaffidi Cinzia. *Il senso dell'olio. Il racconto dell'extravergine*, Express Editore, 2025

ARTICOLI

Loi Cinzia. "Olio di Lentisco: i metodi di produzione nella preistoria", Lakanas n. 75 p. 62-64

Mastino Attilio (1995). *La Produzione ed il commercio dell'olio nella Sardegna antica*. In: Atzori Mario; Vodret Antonio "Olio sacro e profano: tradizioni olearie in Sardegna e Corsica" Sassari, EDES Editrice Democratica Sarda. p. 60-76

ALTRÉ PUBBLICAZIONI

Albo d'Oro Ercole Olivario – 30° Premio Nazionale Ercole Olivario

Montiferru 2024. Premio Nazionale per l'Olio Extravergine di Oliva – 30° Edizione

SITI WEB

Associazione nazionale Città dell'Olio, giugno 2025
<https://www.cittadellolio.it/>

Grimelli Alberto (2017, 17 novembre). Firmato il decreto per la tutela e valorizzazione della viticoltura eroica. *TeatroNaturale.it.*, giugno 2025
<https://www.teatronaturale.it/strettamente-tecnico/legislazione/34462-firmato-il-decreto-per-la-tutela-e-valorizzazione-della-viticoltura-eroica.htm>

Olicentrica, (n.d.), *Glossario olivicolo*, giugno 2025
<https://www.oliocentrica.it/it/glossario-olivicolo/>

Sardegna Turismo, giugno 2025
<https://www.sardegnaturismo.it/>

Sito ufficiale del turismo della Regione Sardegna, pagine relative ai Comuni di: Dolianova, Escolca, Fluminimaggiore, Genuri, Gergei, Gesturi, Giba, Gonnosfanadiga, Masainas, Modolo, Nuxis, Oristano, Paulilatino, Riola Sardo, Cuglieri, Samatzai, Santadi, Segariu, Seneghe, Serrenti, Siddi, Sini, Ussana, Ussaramanna, Vallermosa, Villacidro, Villamassargia, giugno 2025

Treccani. (2008). *Fermentazione*. In *Enciclopedia della Scienza e della Tecnica*, giugno 2025
https://www.treccani.it/enciclopedia/fermentazione_%28Enciclopedia-della-Scienza-e-della-Tecnica%29/

Treccani, (n.d.), *Monocultivar*. In *Treccani Enciclopedia*, giugno 2025
<https://www.treccani.it/enciclopedia/ricerca/monocultivar/?search=monocultivar>

Treccani, (n.d.), *Sansa*. In *Enciclopedia Italiana*, giugno 2025
<https://www.treccani.it/enciclopedia/sansa/>



SARDEGNA



Coordinamento
Giuseppina Scorrano

Testi
Giuseppina Scorrano
Antonio Balenzano
Giovanni Bandino
Ivo Palazzari
Agostino Piano

Revisione testi
Global Tourist

Grafica e impaginazione
AJF/ Jari Franceschetto,
Claudia Virdis, Vincenzo Ligia

Fotografie
Ettore Cavalli

Stampa
Nuove Grafiche Puddu s.r.l.

Alcune pagine di questo libro sono
stampate su CRUSH Oliva 120 gr.

CRUSH è la gamma ecologica di Favini
realizzata con sottoprodotti di lavorazioni
agro-industriali che sostituiscono fino
al 15% della cellulosa proveniente
da albero.

Queste carte sono prodotte con residui
di olive, materie prime che donano
un aspetto estetico e tattile inusuale.

