

## Olive verte, olive noire quelle différence ?

Si l'olive verte est verte, c'est qu'elle n'est en réalité pas tout à fait mûre. Elle est récoltée juste au moment où elle atteint sa taille définitive, mais avant que le mûrissement ne viennent lui donner la vraie couleur de l'olive. L'olive noire correspond bien au fruit mûr de l'olivier.

L'olive verte, un fruit pas encore mûr

De ce point de vue, il peut sembler étrange que nos papilles apprécient les olives vertes. Les fruits qui manquent de maturité ont en effet généralement tendance à l'amertume. Ce qui est bien le cas des olives vertes. Pour adoucir leur goût amer, elles sont trempées dans un bain de soude. Cette base forte permet, par alcalinisation, de neutraliser une grande part de l'amertume de l'olive. Elles peuvent aussi subir un bain de saumure – une solution de sel très concentrée – et une fermentation qui réduisent leur amertume grâce à l'action de micro-organismes.

L'oléuropéine, molécule amère

Ce sont les molécules d'oléuropéine présentes dans l'olive verte qui lui confèrent son amertume. Au cours du mûrissement, des enzymes transforment chimiquement ces molécules et la concentration en sucre augmente.

Si leur goût n'est pas très appréciable, les molécules d'oléuropéine présentent en revanche des propriétés antioxydantes, anti-inflammatoires, antimicrobiennes et anticancéreuses reconnues.

Lien article : <http://www.hortitecnews.com/olive-verte-olive-noire-difference/>