

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΔΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

ΚΑΙ ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΤΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

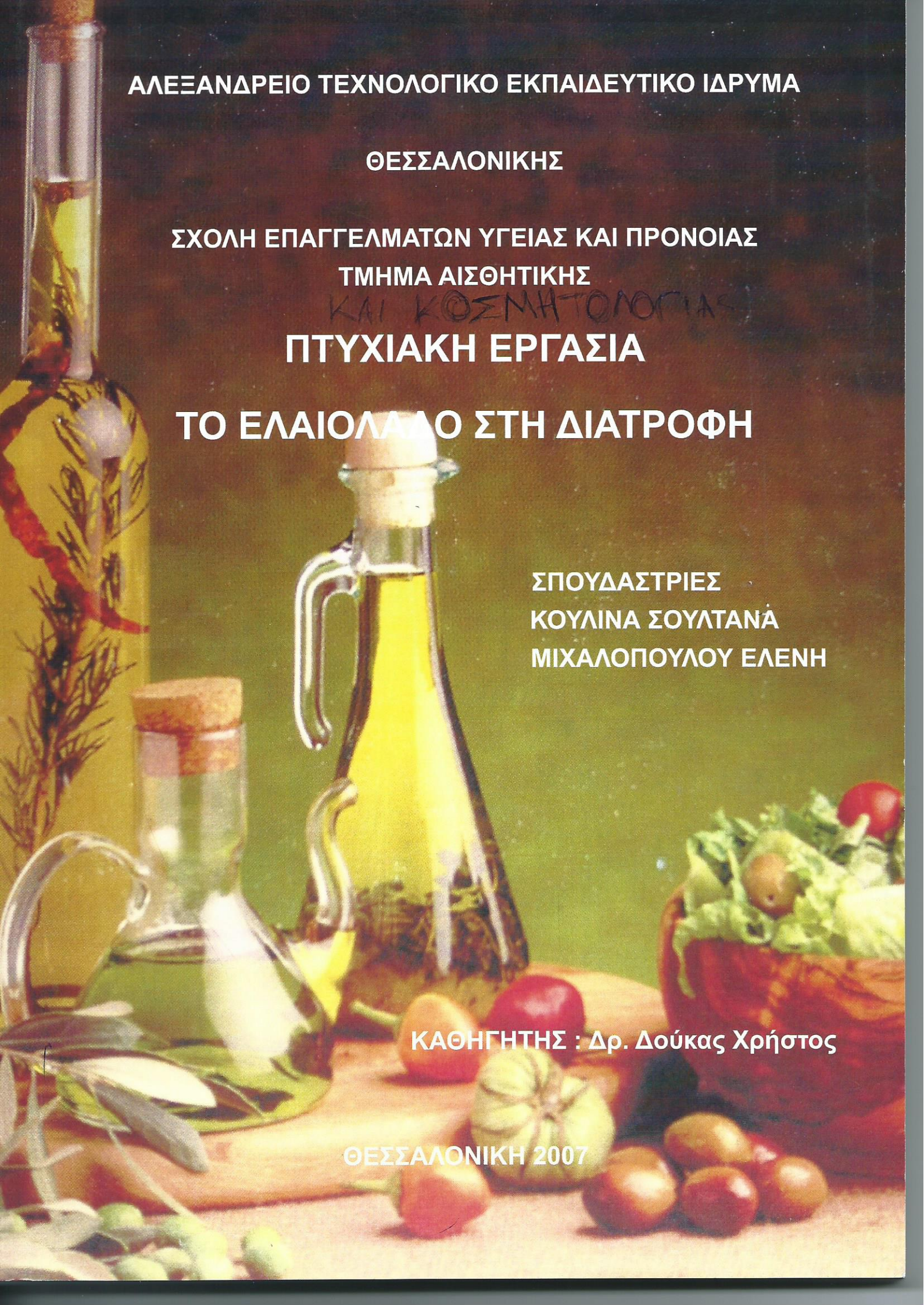
ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ

ΚΟΥΛΙΝΑ ΣΟΥΛΤΑΝΑ

ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ : Δρ. Δούκας Χρήστος

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2007



**Αφιερωμένο στις οικογένειες μας που πάντα είναι δίπλα μας και μας
στηρίζουν.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	σελ. 8
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1. Ιστορική αναδρομή της ελιάς	σελ. 9
1. Εμφάνιση της ελιάς	σελ. 9
2. Η ελιά και το ελαιόλαδο στην αρχαία Ελλάδα	σελ.11
3. Η ελιά και το ελαιόλαδο στην Κρήτη	σελ.13
4. Η ελιά και το ελαιόλαδο Λέσβο	σελ.15
5. Το ελαιόλαδο σήμερα	σελ.22
6. Η ελιά στη Β. Αφρική και στην Αίγυπτο	σελ.24
7. Ποικιλίες ελαιόδεντρων όπως αναφέρονται στα αρχαία Ελληνικά κείμενα	σελ.26
8. Ολυμπιακοί Αγώνες	σελ.28
9. Παναθηναϊκοί Αγώνες	σελ.30
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2. Το δέντρο της ελιάς – Γενικά γνωρίσματα	σελ.31
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3. Ο καρπός της ελιάς	σελ.34
1. Χαρακτηριστικά του ελαιόκαρπου	σελ.34
2. Συστατικά του ελαιόκαρπου	σελ.35
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4. Ποικιλίες της ελιάς	σελ.38
1. Ποικιλίες για ελαιοποίηση	σελ.38
2. Επιτραπέζιες ποικιλίες	σελ.44
3. Μεικτές ποικιλίες	σελ.47

4. Ξένες ποικιλίες που καλλιεργούνται στην Ελλάδασελ.50
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5. Το Φύτεμασελ.53
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6. Η Λίπανσησελ.55
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7.Το Πότισμασελ.56
1. Σύγχρονες μέθοδοι ποτίσματοςσελ.57
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8. Το κλάδεμασελ.59
1. Εποχή κλαδέματοςσελ.59
2. Είδη κλαδέματοςσελ.60
3. Σχήματα διαμόρφωσηςσελ.61
4. Κλάδεμα των εξαντλημένων δέντρων	σελ.63
5. Κλάδεμα των παγετόπληκτων δέντρωνσελ.64
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9. Πολλαπλασιασμόςσελ.65
1. Μέθοδοι πολλαπλασιασμούσελ.65
2. Ανάπτυξη φυταρίων σε δοχείασελ.68
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10. Οι αρρώστιες και οι εχθροί της ελιάςσελ.70
1. Μυκητολογικές αρρώστιεςσελ.70
2. Βακτηριολογικές αρρώστιεςσελ.71
3. Περιβαλλοντικές παθήσειςσελ.71
4. Ανεπάρκειες της θρέψηςσελ.71
5. Εχθροί της ελιάςσελ.71
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11. Χρόνος συγκομιδής – Τρόποι συγκομιδήςσελ.73
1. Χρόνος συγκομιδήςσελ.73
2. Τρόποι συγκομιδήςσελ.74
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12. Μεταφορά και αποθήκευση του καρπούσελ.82

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13. Το ελαιουργείοσελ.86
1. Καθαρισμός – Διαλογή του καρπούσελ.86
2. Πλύση της ελιάς – Τα πλυντήριασελ.87
3. Στάδια επεξεργασίας για την εξαγωγή του ελαιολάδουσελ.88
4. Μεταφορά των ελιών στα θρυπτήρια	σελ.89
5. Το θρυπτήριο – Το σπάσιμο	σελ.91
6. Μεταλλικά θρυπτήρια	σελ.93
7. Μετά το θρυπτήριο	σελ.97
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 14. Παραλαβή του ελαιολάδου	σελ.99
1. Διαχωρισμός με διήθηση υπό πίεση	σελ.99
2. Διαχωρισμός στο υδραυλικό πιεστήριο	σελ.102
3. Διαχωρισμός με φυγοκέντριση	σελ.103
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 15. Διαχωρισμός του ελαιολάδου	σελ.104
1. Διαχωρισμός με βάση το ειδικό βάρος	σελ.104
2. Συσκευές με τη μέθοδο της συνάφειας	σελ.107
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 16. Κατηγορίες ελαιόλαδου	σελ.109
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 17. Αποθήκευση και συσκευασία του ελαιόλαδου – Πιθανές αλλοιώσεις κατά το χρόνο αποθήκευσης	σελ.117
1. Μέσα αποθήκευσης	σελ.117
2. Συσκευασία – Τυποποίηση	σελ.119
3. Αλλοιώσεις	σελ.121
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 18. Νοθεία του ελαιόλαδου	σελ.124
1. Πρακτικές οδηγίες για την ποιότητα του ελαιόλαδου	σελ.124
2. Οργανοληπτική αξιολόγηση του παρθένου ελαιόλαδου	σελ.127
3. Βασικοί συντελεστές της ποιότητας του ελαιόλαδου	σελ.128

4. Οι χρυσοί κανόνες για την παραγωγή ελαιόλαδου όσο το δυνατόν καλύτερης ποιότητας	σελ.130
5. Αξιολόγηση της ποιότητας του ελαιόλαδου – Βασικά κριτήρια ...	σελ.131
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 19. Χημική σύσταση του ελαιόλαδου	σελ.132
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 20. Γιατί το ελαιόλαδο είναι η καλύτερη λιπαρή ουσία;	σελ.137
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 21. Ευχάριστες – Δυσάρεστες γεύσεις και αρώματα σε ελαιόλαδα	σελ.139
1. Δυσάρεστες γεύσεις και οσμές σε ελαιόλαδα	σελ.140
2. Αρωματικά ελαιόλαδα	σελ.142
3. Η αντιοξειδωτική και καθαρτική δύναμη των βοτάνων	σελ.143
4. Τα αρωματικά ελαιόλαδα σήμερα	σελ.145
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 22. Γενικές ιδιότητες του ελαιόλαδου	σελ.148
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 23. Μεσογειακή διατροφή	σελ.150
1. Τα χαρακτηριστικά της μεσογειακής διατροφής – δίαιτας	σελ.150
2. Μεσογειακή δίαιτα και ελαιόλαδο	σελ.151
3. Η μελέτη των 7 χωρών	σελ.152
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 24. Ελαιόλαδο και υγεία	σελ.156
1. Το ελαιόλαδο και οι καρδιαγγειακές παθήσεις	σελ.157
2. Επιδράσεις του ελαιόλαδου στο στομάχι και στο δωδεκαδάκτυλο	σελ.160
3. Ελαιόλαδο και χολολιθίαση	σελ.161
4. Ο ρόλος του ελαιόλαδου στο γηρασμό και την γεροντική άνοια ...	σελ.162
5. Ελαιόλαδο και γαστρεντερικό σύστημα	σελ.164
6. Ελαιόλαδο και διαβήτης	σελ.165
7. Ελαιόλαδο και καρκίνος	σελ.169
8. Ελαιόλαδο και προστασία του δέρματος	σελ.172

9. Ελαιόλαδο, παιδική ηλικία και ανάπτυξη εγκεφάλου, σκελετού **σελ.174**

10. Η επίδραση του ελαιόλαδου στην κανονική ανάπτυξη του σκελετού. **σελ.176**

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ σελ.177