

Mediterrane Antwort auf Ayurveda

Alexandra und Thomas Lommel aus Binissalem bieten **Wellness und Schönheit** rund um den Olivenbaum

VON
ANDREA RAU

Die Olivenbäume haben mich immer fasziniert", sagt Thomas Lommel, „schon mit 20 wollte ich eigentlich nach Griechenland und Olivenöl produzieren.“ Daraus wurde nichts.

Aber die Bäume ließen ihn nicht los – Lommel ging in die Toskana, sprach mit Bauern, las sich immer tiefer in die 7000-jährige Geschichte des Olivenbaumes ein, fing an, Baumpatenschaften zu vergeben. Dabei bekommt der Pate für 99 Euro einen nummerierten Baum und 2,5 Liter Öl der Plantage im Jahr – davon der Großteil vom eigenen Baum.

Thomas Lommel und seine Frau Alexandra planen, in Zukunft auch Patenschaften für mallorquinische Bäume zu vermitteln, derzeit sind es Berg-Olivenbäume in Andalusien. Die

Patenschaften brachten die Lommels dazu, den Menschen auch die Heilkraft des Baumes näherzubringen: Sie gründeten die Firma Oliveda, derzeit auf dem Markt das einzige Unternehmen, das Wellness-, Beauty- und Gesundheitsprodukte rund um den Baum anbietet. Seit 2003 hat Oliveda seinen Sitz auf Mallorca, in Binissalem.

Aushängeschild der Produktpalette ist das Olivenblattextrakt. „Ein uraltes Rezept – ein Elixier aus den Blättern und Quellwasser, das früher im mediterranen Raum die Großmütter ihren Familien zubereitet haben.“

Die Wirkung auf den Organismus ist hoch antioxidativ, beugt Krankheiten vor und die enthaltenen Radikalfänger halten jung und frisch. „Die positiven Eigenschaften des Öls sind im Blatt nämlich 3000-mal intensiver“, erklärt Lommel.

Auch Öl sei nicht gleich



Öl: „Die Leute kaufen heute Extra Vergine und halten es für gesund, auch wenn es zum Dumping-Preis angeboten wird. Dabei kann ein hochwertiges Öl gar nicht so billig sein.“ Entscheidend ist, wie gepresst wird: Ab 27 Grad Drucktemperatur gehen wertvolle Inhaltsstoffe verloren. Qualitätsoliven würden von Hand gepflückt, anstatt vom Boden aufgelesen, und unmittelbar anschließend

gepresst, um die Oxidation zu vermeiden. Pro Baum könne man so nur zwischen einem und anderthalb Liter Öl erzielen.

Entscheidend sei auch der Phenolgehalt, also die antioxidativen Fettbegleitstoffe. Die Universität Cordoba habe den Phenolgehalt eines guten Öls bei mindestens 400 mg pro Liter festgelegt, erklärt Lommel. Aber viele Öle lägen darunter, das Olive-

da-Öl habe 900 mg.

35 Produkte bieten die Lommels mittlerweile an, von der Lippenpflege über Masken, Cremes, Packungen, Shampoo, Olivenblätterttee, wie ihn schon Hildegard von Bingen empfahl, oder besonders angereichertes Öl mit Kräutern zum täglichen Ölziehen. „Unser Ansatz ist ganzheitlich“, betont Lommel, „wir verstehen uns als mediterrane Antwort auf Ayurve-



Nicht nur das Öl ist der Gesundheit förderlich: Die Kraft des Olivenbaumes steckt auch in den Blättern, dem Fruchtfleisch, der Rinde, den Olivenkernen.

da.“ Eine Antwort auf eine große Nachfrage: Dieses Jahr noch werden sie eine von ihnen entwickelte Olivenbaum-Therapie in einem Hotel der Insel anbieten, ab Juni weisen sie Heilpraktiker, Kosmetikerinnen und Therapeuten bei Wochenendkursen in die Kraft des Olivenbaumes ein. Und die Umsetzung neuer Produktideen steht an: Olivenöl-Zahnpasta und -Sonnenschutz.

Produziert werden die Produkte auf dem Festland, stammen aus der kleinen und feinen Arbequina-Olive aus dem Rioja. Vertrieben werden die Produkte hauptsächlich in Deutschland, Schweiz und Österreich, aber auch in Norwegen. Und in Binissalem – im „Oliven-Outlet“ (C/. Pere Estruch 9) – bekommen Direktkunden übrigens einen „Insel-Rabatt“ von 30 Prozent. □

Fetter Schlankmacher

Aktuelle Studien sprechen für die gesundheitsfördernde Wirkung des Alleskönners Natives Olivenöl Extra

VON
ANDREA RAU

Sie gilt als eine der gesündesten Ernährungsformen der Welt: Die mediterrane Lebensweise. Viel Gemüse, mäßig Fleisch- und Fischkonsum, ein tägliches Glas Wein und viel hochwertiges Olivenöl. „Wir sollten noch viel öfter zu Olivenöl anstatt zu anderen Sorten greifen“, fordert José Moreira, leitender Ernährungswissenschaftler am Krankenhaus von Inca.

Gesundheit mit Heimvorteil: Spanien ist weltweit der größte Olivenöl-Produzent. Führende Wissenschaftler und Mediziner trafen sich vor einigen Tagen zu einer vom Regu-

lierungsrat für anerkannte mallorquinische Olivenöle organisierten Podiumsdiskussion, um den hellgrünen Alleskönner noch mehr ins Bewusstsein zu rufen.

Dies ist das Extra Vergine Extra Öl, in Deutschland als Natives Olivenöl Extra klassifiziert, das nur einen Säuregrad von 0,8 Prozent aufweisen darf. Es wirkt sich nicht nur positiv auf Herz- und Kreislauferkrankungen aus und hat Fettsäuren, die der Ablagerung von LDL-Cholesterin vorbeugen – es macht auch schlank.

„Kinder, die sich mit Olivenöl ernähren, werden dreimal so selten übergewichtig“, so Federico Soriguer Escofet, Ernährungswissenschaftler an der Uni-

Klinik Málaga, der eine vor 13 Jahren begonnene Langzeitstudie durchführt.

Seine Probanden nehmen täglich drei Esslöffel des Öls zusätzlich ein. Schlankheits-Effekte bestätigte auch Miguel Fiol Sala vom Krankenhaus Son Dureta bei einer spanienweiten 9000-Probanden-Studie, 750 davon aus Mallorca.

Die Testgruppe, die Olivenöl einnahm, wies zudem bessere Cholesterolverte auf, als eine Testgruppe, die sich fettarm ernährte hatte. In zwei Jahren, erklärte Miguel Fiol, erhoffe man sich von dieser Studie auch Aufschluss über die positive Beeinflussung und Vorbeugung von Tumoren. □



Schmeckt nicht nur frisch mediterran, sondern ist sehr gesund: In den 60er Jahren erkannte man das Gesundheitspotenzial, das in dem Öl steckt. Seither arbeiten Wissenschaftler in Langzeitstudien immer stärker heraus, in welchen Bereichen es für den Menschen besonders wertvoll sein kann.

Foto: pixelquelle.de