

## Olej z wiesiołka tłoczony na zimno 250ml



Cena: 78,60 pln

### Opis słownikowy

Producent OLEOFARM

### Opis produktu

Olej z wiesiołka uzyskiwany jest z nasion wiesiołka metodą tłoczenia na zimno. Posiada delikatny smak i zapach. Może być wykorzystywany do sporządzania surówek i sałatek, a także jako dodatek do dań mięsnych i rybnych podawanych na zimno. Olej z wiesiołka charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w tym tłuszczów wielonienasyconych, do których należą kwasy omega-6. Kwasami z rodziny omega-6 są: kwas linolowy (LA) oraz kwas gamma-linolenowy (GLA) zawarte w oleju z wiesiołka. Kwas linolowy pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 10 g LA dziennie. Zastępowanie w diecie tłuszczów nasyconych tłuszczami nienasyconymi pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi [jedno- i wielonienasycone kwasy tłuszczowe są tłuszczami nienasyconymi]. Utrzymanie prawidłowego stanu zdrowia wymaga zrównoważonego odżywiania i prowadzenia zdrowego trybu życia.

**Składniki:** olej z nasion wiesiołka tłoczony na zimno, przeciwutleniacz: mieszanina tokoferoli.

Wartość odżywcza 100 ml:

Wartość energetyczna (energia) 3419 kJ/832 kcal

Tłuszcz, w tym: 92 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 7,5 g

kwasy tłuszczowe jednonienasycone 8,5 g

kwasy tłuszczowe wielonienasycone 76,0 g

Węglowodany, w tym: 0 g

cukry 0 g

Białko 0 g

Sól 0 g