



## *Olej konopny tłoczony na zimno*



Olej tłoczony na zimno z nasion konopi siewnych posiada charakterystyczny dla tego oleju smak i zapach. Może być stosowany jako dodatek do ziemniaków, kasz, gotowanych warzyw, surówek i innych potraw na zimno.

Olej konopny charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w

tym tłuszczów wielonienasyconych oraz wysoką zawartością kwasów tłuszczowych omega-3, które należą do Niezbędnych Nienasyconych Kwasów Tłuszczowych (NNKT).

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.

Olej konopny powinien być stosowany na zimno. Nie należy podgrzewać ani smażyć na nim potraw.

## *Składniki*

Olej z nasion konopi siewnych tłoczony na zimno.

**Wartość  
odżywcza**

**100 ml**

Wartość energetyczna (energia)	3411 kJ/830 kcal
Tłuszcz, w tym:	92 g
- kwasy tłuszczowe nasycone	9,3 g
- kwasy tłuszczowe jednonienasycone	12,4 g
- kwasy tłuszczowe wielonienasycone	70 g
Węglowodany, w tym:	0 g
- cukry	0 g
Białko	0 g
Sól	0 g
Omega-3 (kwas alfa-linolenowy)	16 g
Omega-6 (kwas linolowy)	51 g
Omega-9 (kwas oleinowy)	11 g

**UWAGA!** Może wytrącić się naturalny osad.  
Przechowywać w temperaturze pokojowej.  
Miejsce lub kraj pochodzenia: A-UE, B-Kanada, C-Polska.

**Objętość:**

- 250 ml netto

*Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl*