



Olej konopny tłoczony na zimno

Olej konopny, 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.

Polecamy także inne oleje z serii [Oleje Świata](#)

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.

Objętość:

- 250 ml netto

Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl