



## *Olej lniany tłoczony na zimno*

**Olej lniany** tłoczony na zimno powstaje ze starannie wyselekcjonowanych nasion lnu metodą tłoczenia na zimno. Jest źródłem kwasów omega-3, ma żółty kolor i charakterystyczny, lekko goryczkowy smak. Stanowi doskonały dodatek do sałatek, surówek, dipów, sosów, past serowych, gotowanych warzyw i innych potraw na zimno.

**Olej lniany** charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w tym tłuszczów wielonienasyconych. 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.

Na oleju lnianym tłoczonym na zimno nie należy podgrzewać ani smażyć potraw.

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

*Składniki*

Olej z nasion lnu tłoczony na zimno.

<b>Wartość odżywcza</b>	<b>100 ml</b>
Wartość energetyczna (energia)	3400 kJ/827 kcal
Tłuszcz, w tym:	92 g
– kwasy tłuszczowe nasycone	9,9 g
– kwasy tłuszczowe jednonienasycone	16 g
– kwasy tłuszczowe wielonienasycone	66 g
Węglowodany, w tym:	0 g
– cukry	0 g
Białko	0 g
Sól	0 g
Omega-3 (kwas alfa-linolenowy)	2,6 g
Omega-6 (kwas linolowy)	63 g

**UWAGA!** Może wytrącić się naturalny osad.

**Przechowywanie:** w temperaturze pokojowej.

## Objętość:

- 250 ml netto
- 500 ml netto

*Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl*