



Olej z awokado tłoczony na zimno

Olej z awokado otrzymywany jest z najdorodniejszych owoców metodą tłoczenia na zimno. Kusi nadzwyczaj bogatym aromatem i łagodnym owocowym smakiem. Wspaniale podkreśla smak potraw przygotowywanych na zimno, zwłaszcza sałatek, surówek, dipów, sosów i pikantnych past.

Olej z awokado charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w tym tłuszczów jednonienasyconych. 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 z awokado tłoczonym na zimno ~~nie należy podgrzewać ani smażyć potraw.~~

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

Składniki

Olej z awokado tłoczony na zimno.

Wartość odżywcza	100 ml
Wartość energetyczna (energia)	3374 kJ/821 kcal
Tłuszcz, w tym:	91 g
– kwasy tłuszczowe nasycone	18 g
– kwasy tłuszczowe jednonienasycone	63 g
– kwasy tłuszczowe wielonienasycone	10 g
Węglowodany, w tym:	0 g
– cukry	0 g
Białko	0 g
Sól	0 g
Omega-6 (kwas linolowy)	9,6 g
Omega-9 (kwas oleinowy)	51 g

UWAGA! Może wytrącić się naturalny osad.

Przechowywanie: w temperaturze pokojowej.

Objętość:

- 250 ml netto

Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl