



Olej z orzechów włoskich Virgin

Olej z orzechów włoskich powstaje ze starannie wyselekcjonowanych orzechów włoskich. Charakteryzuje się wysoką zawartością kwasów tłuszczowych omega-3 oraz delikatnym orzechowym smakiem. Jest doskonałym dodatkiem do sałatek, surówek, naleśników oraz deserów podawanych na zimno.

Olej z orzechów włoskich charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w tym wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (NNKT-Niezbędne Nienasycone Kwasy Tłuszczowe), do których należą kwasy omega-3 i omega-6. 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 orzechów włoskich tłoczonych na zimno ~~nie należy podgrzewać ani smażyć potraw.~~

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

Składniki

Olej z orzechów włoskich tłoczony na zimno.

| Wartość odżywcza | 100 ml |
|-------------------------------------|------------------|
| Wartość energetyczna (energia) | 3386 kJ/824 kcal |
| Tłuszcz, w tym: | 91,2 g |
| – kwasy tłuszczowe nasycone | 9,2 g |
| – kwasy tłuszczowe jednonienasycone | 17 g |
| – kwasy tłuszczowe wielonienasycone | 65 g |
| Węglowodany, w tym: | 0 g |
| – cukry | 0 g |
| Białko | 0 g |
| Sól | 0 g |
| Omega-3 (kwas alfa-linolenowy) | 10 g |
| Omega-6 (kwas linolowy) | 55 g |
| Omega-9 (kwas oleinowy) | 17 g |

UWAGA! Może wytrącić się naturalny osad.

Przechowywanie: w temperaturze pokojowej.

Objętość:

- 250 ml netto

Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl