



Olej z pestek dyni tłoczony na zimno

Olej z pestek dyni otrzymywany jest poprzez tłoczenie pestek dyni i wyróżnia się charakterystyczną dla nich ciemnozieloną barwą oraz unikalnym smakiem i zapachem. Z tego względu stanowi wspaniały dodatek do zup, surówek, sałatek, gotowanych warzyw i innych potraw przygotowywanych na zimno. Doskonale nadaje się również do przyrządzania deserów.

Olej z pestek dyni charakteryzuje się wysoką zawartością tłuszczów nienasyconych, w tym tłuszczów wielonienasyconych, do których należą Niezbędne Nienasycone Kwasy Tłuszczowe (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 dyniowy powinien być stosowany na zimno, ~~nie należy podgrzewać ani smażyć na nim potraw.~~

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

Składniki

Olej z pestek dyni tłoczony na zimno.

Wartość odżywcza	100 ml
Wartość energetyczna (energia)	3393 kJ/825 kcal
Tłuszcz, w tym:	92 g
– kwasy tłuszczowe nasycone	17 g
– kwasy tłuszczowe jednonienasycone	31 g
– kwasy tłuszczowe wielonienasycone	43 g
Węglowodany, w tym:	0 g
– cukry	0 g
Białko	0 g
Sól	0 g
Omega-6 (kwas linolowy)	43 g
Omega-9 (kwas oleinowy)	30 g

UWAGA! Może wytrącić się naturalny osad.

Przechowywanie: w temperaturze pokojowej.

Miejsce pochodzenia: UE.

Objętość:

- 250 ml netto
- 500 ml netto

Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl