

EkaMedica Wiesiołek olej z wiesiołka – 100ml

Wiesiołek – olej z nasion wiesiołka tłoczony na zimno.

Składniki:

Olej z nasion wiesiołka (*Oenothera biennis* L.), tłoczony na zimno. Wysoka zawartość tłuszczów wielonienasyconych.

W 100 g oleju znajduje się 5,5 g kwasu oleinowego, 75 g kwasu linolowego oraz 9,8 g kwasu gamma-linolenowego.

Wartość odżywcza w 100 g produktu	Wartość odżywcza w porcji 5 ml
3700 kJ (900 kcal)	170 kJ (41 kcal)
Tłuszcz: 100 g, w tym:	4,6 g
kwasy tłuszczowe nasycone: 8,6 g	0,4 g
kwasy tłuszczowe jednonienasycone: 6,3 g	0,3 g
kwasy tłuszczowe wielonienasycone: 85 g	3,9 g
Węglowodany: 0 g, w tym:	0 g
Cukry: 0 g	0 g
Białko: 0 g	0 g
Sól: 0 g	0 g

Proponowany sposób podania:

1 łyżeczka (5 ml) bezpośrednio lub jako dodatek do sałatek lub innych potraw. Spożywać wyłącznie na zimno. Porcja dzienna 5 ml zawiera 0,25 g kwasu oleinowego (omega-9) oraz 3,45 g kwasu

linolowego (omega-6) oraz 0,45 g kwasu gamma-linolenowego. Przed użyciem każdorazowo wstrząsnąć. Osad pochodzenia naturalnego. Produkt zawiera 20 sugerowanych porcji.

Sposób przechowywania:

Przechowywać w suchym, chłodnym i ciemnym miejscu. Po otwarciu przechowywać w lodówce. Spożyć do trzech miesięcy od otwarcia.

Kwas linolowy (LA) pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Korzystnie działanie kwasu linolowego występuje w przypadku spożywania 10 g LA dziennie. Zastępowanie w diecie tłuszczów nasyconych tłuszczami nienasyconymi pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Kwas oleinowy jest tłuszczem nienasyconym. Zachowanie zrównoważonego sposobu żywienia i zdrowego trybu życia ma duże znaczenie.