Dane aktualne na dzień: 14-11-2026 02:50

Link do produktu: https://olivita.pl/olej-z-pestek-dyni-500-ml-tloczony-na-zimno-nieoczyszczony-p-134.html



Olej z pestek dyni 500 ml tłoczony na zimno nieoczyszczony

Cena	**58,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**48 godzin**
Producent	**Olvita**

Opis produktu

Składniki: *Olej z pestek dyni zimno tłoczony, nieoczyszczony, nierafinowany*

Olej z pestek dyni pozyskujemy w wyniku tłoczenia w niskiej temperaturze (max 40º C) nieprażonych pestek dyni. Świadomie pomijamy proces prażenia, a wszystko po to, aby zachować maksimum substancji aktywnych pochodzących z wartościowych pestek dyni.

Olej z pestek dyni został wyróżniony jako TOP PRODUKT „Doceń polskie" w 2018 r.

Olej z pestek dyni zimno tłoczony charakteryzuje wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych (81 g/100 g) oraz obecność naturalnie występującej w oleju witaminy E (46,9 mg/100 g).

Zastępowanie w diecie tłuszczów nasyconych tłuszczami nienasyconymi pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi (jedno- i wielonienasycone kwasy tłuszczowe są tłuszczami nienasyconymi).
Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 10 g LA dziennie.
Utrzymanie prawidłowego stanu zdrowia wymaga zrównoważonego odżywiania i prowadzenia zdrowego trybu życia.

Ze względu na bardzo niską zawartość kwasów tłuszczowych omega-3 w oleju z pestek dyni (0,3 g/100 g) zaleca się równoważenie proporcji kwasów tłuszczowych omega 6: omega-3 w diecie. Idealnym rozwiązaniem jest jednoczesne stosowanie olejów charakteryzujących się wysoką zawartością kwasów omega-3 , np olej lniany do diety dr Budwig, olej z kiełków pszenicy, olej rzepakowy, olej sojowy.

Zastosowanie i zalecane spożycie:
Do bezpośredniego spożycia lub jako dodatek do deserów, lodów, sałatek, makaronów lub innych potraw.
Olej ten posiada aromatyczny, charakterystyczny dla oleju z pestek dyni smak i zapach oraz ciemny zielony kolor. Z uwagi na fakt, iż jest produktem 100 % naturalnym intensywność smaku, koloru i zapachu oleju może mieć zmienne nasilenie w poszczególnych partiach produktu.
Nie zaleca się podgrzewania oleju.

Sugerowana porcja to 3 łyżeczki/ dzień.

Wartość odżywcza	w 100 g	w porcji:3 łyżeczki(12g)	% RWS* w porcji
Wartość energetyczna	3700 kJ/ 900 kcal	444 kJ/ 108 kcal	5 %
Tłuszcz	100 g	12 g	17 %
W tym:			
Kwasy tłuszczowe nasycone	18 g	2 g	10 %
Kwasy tłuszczowe jednonienasycone	33 g	4 g	-
Kwasy tłuszczowe wielonienasycone	49 g	6 g	-
Węglowodany	0 g	0 g	0 %
W tym cukry	0 g	0 g	0 %
Białko	0 g	0 g	0 %
Sól	0 g	0 g	0 %



Wartość odżywcza	w 100 g	w porcji:3 łyżeczki(12g)	% RWS* w porcji

%RWS- Referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej 8400 kJ/2000 kcal
Opakowanie 250 ml zawiera 19 sugerowanych porcji produktu
Przechowywanie: *w ciemnym, chłodnym miejscu. Po otwarciu opakowania w lodówce.*
Zastosowanie: *na zimno, do sałatek, potraw lub bezpośredniego spożycia.*
Kraj pochodzenia: *Polska*
Informacje o alergenach: może zawierać: ***gluten,sezam, soję,orzechy:ziemne,laskowe,włoskie,makadamia,migdały***

Producent: *Ol'Vita Krzysztof Dziaduch*
Panków 2, 58-125 Pszenno