

Link do produktu: <https://sklep.bioforma.com.pl/olej-slonecznikowy-500ml-olejowe-smaki-p-1075.html>



Olej Słonecznikowy, 250ml - Olejowe Smaki

Cena	18,80 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	OSM16
Kod EAN	5905669328159

Opis produktu

Olej Słonecznikowy, 250ml - Olejowe Smaki

- **Olej słonecznikowy tłoczony z pestek słonecznika.** Charakteryzuje się jasnym, złocistym kolorem i delikatnym, świeżym słonecznikowym smakiem.
- Pestki słonecznika kupujemy **bezpośrednio od polskiego dostawcy**. To powoduje, że mamy większą kontrolę nad tym, co tak naprawdę trafia do nas.
- **Smak oleju zależy od:** od jakości pestek słonecznika, warunków uprawy, sposobu tłoczenia i przechowywania gotowego już oleju.
- **Tłoczony na zimno** – co oznacza, że małe ziarenka lnu złocistego przechodzą przez prasę ślimakową i w temperaturze nie przekraczającej 40 stopni Celsjusza powstaje olej. Jest to istotne, ponieważ dzięki temu wszystkie składniki wrażliwe na temperaturę zachowują swoje cenne właściwości.
- Olej z pestek słonecznika **należy przechowywać w lodówce**. Oleje w 100% naturalne charakteryzuje wrażliwość na: temperaturę, światło i powietrze. Kolor butelki nie bez powodu jest brązowy, ponieważ działa on jak filtr przeciwsłoneczny.
- Najlepszy olej to ten **nieprzetworzony** - czyli 3xN: nierafinowany, niefiltrowany, nieoczyszczony.
- Olej słonecznikowy tłoczony na zimno **podajemy tylko i wyłącznie na zimno**! Nie nadaje się do obróbki termicznej (podgrzewania ani smażenia), ponieważ nie tylko traci wtedy swoje cenne właściwości odżywcze, ale też staje się wręcz szkodliwy dla naszego organizmu.
- Olej z pestek słonecznika może być dodatkiem wielu smacznych i oryginalnych **sałatek i zup**. Jest wręcz idealnym dodatkiem do surówek z kapusty kiszzonej, kasz, makaronów, sałatek, dipów, sosów i past serowych.
- Olej słonecznikowy po otwarciu butelki, należy spożyć w przeciągu **2-3 miesięcy**.

Dawkowanie: zaleca się stosować 2 łyżeczki dziennie.

Czy wiesz, że?

- **Olej słonecznikowy zadba o Twoje serce**

Olej słonecznikowy posiada bardzo dobry bilans kwasów tłuszczowych, w szczególności kwasu omega-6. Mimo, że ten kwas jest uznawany, jako mniej pożądaný, jest niezbędny dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Osoby włączające go do regularnej diety są tym samym znacznie mniej narażone na rozwój wielu poważnych chorób, takich jak miażdżyca, zwężenie tętnic, podniesione ciśnienie tętnicze krwi. Obniżają ryzyko wystąpienia zawału serca i udaru mózgu.

- **Olej słonecznikowy zwiększa odporność**

Wysoka zawartość przeciwutleniaczy podnosi efektywność działania systemu odpornościowego organizmu. Dzięki temu olej słonecznikowy hamuje rozwój wszelkich infekcji i stanów chorobowych. Polecany jest również do pielęgnacji niemowląt, dlatego, że zmniejsza ryzyko zakażeń i podrażnień. Może być stosowany praktycznie do wszystkich typów skóry i nie powoduje uczuleń.

- **Działa przeciwzapalne**

Olej słonecznikowy bardzo dobrze wpływa na łagodzenie stanów zapalnych układu oddechowego i astmy. Zmniejsza siłę kaszlu oraz obrzęki, dzięki bogatej zawartości kwasów tłuszczowych oraz witamin. Pozwala również zredukować stany zapalne stawów, dzięki czemu może stanowić naturalny środek wspomagający leczenie chorób reumatycznych.

- **Olej słonecznikowy wzmacnia skórę**

Bogaty w witaminę E olej słonecznikowy, pozwala wzmocnić ochronę antyoksydacyjną organizmu. Podnosi zdolności regeneracyjne skóry. Dobrze przyswajalna witamina E, pozwala lepiej zabezpieczać skórę przed szkodliwym działaniem słońca, a także zapobiegać przedwczesnym oznakom starzenia. Przyczynia się do szybszego gojenia się ran oraz redukcji blizn i rozstępów.

- **Olej z nasion słonecznika zamiast kremu**

Olej słonecznikowy polecany jest szczególnie osobom, które chcą zmiękczyć naskórek, poprawić elastyczność skóry, wygładzić ją i rozjaśnić. Stosując go, panie zachwalają także działanie przeciwzapalne, które pomaga w walce z trądzikiem.

Zdrowie Skóry

Olej słonecznikowy polecany jest szczególnie osobom, które chcą zmiękczyć naskórek, poprawić elastyczność skóry, wygładzić ją i rozjaśnić. Doskonale sprawdzi się, jako zamiennik kremu do twarzy. Stosując go Panie zachwalają także działanie przeciwzapalne, które pomaga w walce z trądzikiem. Bogaty w witaminę E olej słonecznikowy pozwala wzmocnić ochronę antyoksydacyjną organizmu. Podnosi zdolności regeneracyjne skóry. Dobrze przyswajalna witamina E, pozwala lepiej zabezpieczać skórę przed szkodliwym działaniem słońca, a także zapobiegać przedwczesnym oznakom starzenia. Przyczynia się do szybszego gojenia się ran oraz redukcji blizn i rozstępów.

Oleju tego możemy użyć, jako maseczki do włosów. Do tego celu potrzebne nam będą: 3 łyżki oleju słonecznikowego nierafinowanego (koniecznie!!!), łyżka soku z cytryny, łyżka miodu, jajko. Składniki mieszamy i nakładamy na włosy na około 30 minut. Maseczkę zmywamy i myjemy włosy szamponem. W zupełności wystarczy powtarzać to 2 razy w tygodniu. Sprawdzi się to u kobiet mających włosy średnioporowate (mieszaną włosów niskoporowatych i wysokoporowatych; włosy, które łatwo się układają, dłużej schną niż wysokoporowate, w deszczowe dni reagują efektem puszenia się) i wysokoporowate (chłoną wszystko jak gąbka, jeśli twoje włosy łatwo zmoczyć a wysychanie trwa ekspresowo szybko, to właśnie masz ten typ włosów).

- **Ssanie oleju słonecznikowego**

To rodzaj terapii zdrowotnej. Polega na wykorzystaniu przeciwbakteryjnych i przeciwzapalnych właściwości słonecznika, poprzez długotrwałe płukanie jamy ustnej. Do tego celu wykorzystuje się nierafinowany olej z nasion słonecznika i stosuje codziennie, przez około 15 minut. Należy ssać łyżeczkę oleju, przecedzać między zębami i wykorzystywać do płukania do momentu, aż stanie się on niemal biały. Po tym procesie trzeba go wypłuć, ponieważ będzie zawierać duże ilości zanieczyszczeń. Ssanie oleju słonecznikowego zapobiega nie tylko chorobom jamy ustnej, w szczególności dziąseł i zębów, ale także przy innych dolegliwościach, takich jak artretyzm, dokuczliwe wrzody, infekcje płuc i oskrzeli, bóle stawów, choroby nerek, choroba niedokrwienna serca, udar mózgu, próchnica, nadwrażliwość zębów, trądzik.

Kulinaria

Olej z pestek słonecznika tłoczony na zimno w kuchni znajduje zastosowanie do bezpośredniego spożycia na zimno**do sałatek, surówek np. z kiszanej kapusty, kasz, makaronów, past, sosów, dressingów, twarogów, kasz**. Nadaje potrawom lekki posmak pestek ze słonecznika. Najzdrowszy jest **spożywany na zimno**, nie należy na nim smażyć ani go podgrzewać.

Sałatka ze schabem pieczonym, żółtym serem i warzywami

Składniki:

- 30 dag pieczonego schabu,

-
- 20 dag żółtego sera,
 - 2 jabłka,
 - 1 papryka czerwona,
 - 1 czerwona cebula,
 - 3 łyżki pokrojonych orzechów włoskich,
 - 1-2 ząbki czosnku,
 - sok z 1 cytryny,
 - 2 łyżki oleju słonecznikowego Olejowe Smaki,
 - Sól, pieprz.

Przygotowanie:

Kroimy w paski składniki sałatki: pieczony schab, ser żółty, jabłka, paprykę, cebulę. Wszystko mieszamy. Dodajemy orzechy włoskie, sok z cytryny, olej słonecznikowy. Roztarty z solą czosnek mieszamy ze wszystkimi składnikami. Zostawiamy wszystko w chłodnym miejscu na około 15 minut. Po około 2 godzinach sałatkę należy przemieszać i ewentualnie jeszcze doprawić do smaku.

Smacznego!