



Вкусный ликбез

Интересные факты о пользе оливкового масла

*Неотъемлемая часть средиземноморской кухни - оливковое масло обладает поистине уникальными целебными качествами
Не даром его называют «жидким золотом»:*

- **Оливковое масло содержит большое количество витамина Е.**

Являясь важным антиоксидантом витамин Е способствует общему омоложению организма.

- **Оливковое масло усваивается нашим организмом на 98 %.**

Для сравнения, подсолнечное – на 80%. В состав оливкового масла входит 65-83% полезной олеиновой кислоты. В подсолнечном масле ее содержание колеблется от 15 до 40%.

- **Оливковое масло снижает риск возникновения рака груди.**

Главный компонент оливкового масла – олеиновая кислота снижает риск возникновения злокачественных опухолей, подавляя активность ракового гена на 46%.

- **Оливковое масло помогает пищеварению.**

Ложка натощак улучшает деятельность желудка, кишечника, поджелудочной железы и печени.

- **Оливковое масло полезно для сердца.**

Регулярное употребление оливкового масла снижает уровень «плохого» холестерина, который ведет к развитию атеросклероза. В то же время, уровень «хорошего» холестерина, защищающего кровеносные сосуды, повышается.

- **Оливковое масло очищает клетки мозга.**

Вещество олеокантал, содержащееся в оливковом масле первого отжима, способно изменить состав токсичных белков и защитить от гибели нейроны головного мозга.

- **Оливковое масло предотвращает инфаркт.**

Антиоксиданты, входящие в состав оливкового масла, предотвращают уменьшение эластичности стенок сосудов и на 74% сокращают опасность возникновения инфаркта миокарда.

- **Оливковое масло подходит для диеты беременных и кормящих матерей.**

Благодаря своему химическому составу способствует правильному развитию мозга и нервной системы детей до и после рождения.

- **Оливковое масло полезно для кожи.**

Подходит для наружного применения в качестве массажного масла и компонента масок. Смягчает и омолаживает кожу, предотвращает появление морщин и препятствует потере влаги.

Официальный представитель
торговых марок
Maestro de Oliva, Iberica, Monini
торговый дом «Оливьера»



Торговый дом «Оливьера»
ИП Левасюк И.Р.
Красноярск, ул. Калинина 43,
административное здание, 2 эт.
Тел.: +7(391)278-20-11, 2-913-990
E-mail: info@oliviera.org
www.оливьера.рф

Вкусный ликбез

ВИДЫ ОЛИВКОВОГО МАСЛА

Extra Virgin Olive Oil

- Оливковое масло класса «Экстра». Нерафинированное масло первого холодного отжима.
- Обычно этикетка зеленого цвета.
- Содержит наибольшее количество витаминов и микроэлементов.
- Рекомендуется для использования в салатах и приема в чистом виде (ложка масла натощак).
- Не предназначено для жарки, так как температура горения такого масла примерно 165°C.
- При температуре ниже +8°C масло меняет свой цвет на белый не теряя своих качеств. В теплом помещении цвет восстанавливается.

Olive Oil

- Рафинированное, либо смесь рафинированного (около 80%) и масла класса «Экстра» (20%).
- Обычно этикетка желтого или желто-красного цветов.
- Масло практически безвкусное. На нем можно и нужно жарить! Температура его горения одна из самых высоких среди масел - примерно 240°C.
- При температуре ниже +8°C масло меняет свой цвет на белый не теряя своих качеств. В теплом помещении цвет восстанавливается.

Популярные марки оливкового масла



Самое популярное испанское оливковое масло, отличающееся изысканным вкусом с натуральной горчинкой оливок.



Лучшие «сомелье» оливкового мира работали над созданием этого аромата. Масло Monini - это выразительный вкус итальянского масла с фруктовыми нотками. Победитель программы «Контрольная закупка» в 2010 и 2011 году.



Уникальное сочетание демократичной цены и отменного качества. Обладает мягким вкусом. Лидер по результатам народного голосования программы «Контрольная закупка».



Вы можете найти эти оливковые масла на прилавках супермаркетов и в точках розничной торговли города Красноярска.



Официальный представитель марок Maestro de Oliva, Iberica, Monini торговый дом «Оливьера»

Красноярск, ул. Калинина, 43
магазин «Оливьера»

Красноярск, Енисейский рынок,
контейнер №216 «Оливьера»

