

## OLEJ LNIANY BOFLAX 250ml



Cena: 14,90 PLN

### Opis produktu

#### OLEJ LNIANY BOFLAX 250ml

##### Informacje ogólne:

Olej Lniany BOFLAX® do diety dr Budwig jest olejem tłoczonym na zimno ze starannie wyselekcjonowanych nasion lnu. Ze względu na wysoką, ponad 50% zawartość kwasu alfa-linolenowego, stanowi najbogatsze, znane roślinne źródło tego kwasu należącego do rodziny Omega-3. W większości spożywanych olejów roślinnych zawartość kwasów Omega-3 wynosi do 10%.

Istota potrzeby codziennej suplementacji diety kwasami Omega-3 sprowadza się do zniwelowania dużej różnicy w stosunku do spożywanych kwasów Omega-6. Kwasy Omega-3 oraz Omega-6 należą do grupy Niezbędnych Nienasyconych Kwasów Tłuszczowych (NNKT), których organizm sam nie potrafi syntetyzować i przyswaja je z pożywienia. Niestety, w diecie przeciętnego Europejczyka stosunek ilościowy spożywanych kwasów Omega-3 do Omega-6 wynosi od 1:10 do nawet 1:20, natomiast właściwa, sprzyjająca zdrowiu proporcja, to 1:4. Świadomy konsument powinien niwelować różnicę pomiędzy w/w kwasami, ograniczać spożycie tłuszczów utwardzonych oraz stosować inne zasady zdrowego odżywiania.

Kwas alfa-linolenowy zawarty w Olej Lniany BOFLAX® ulega w organizmie przemianom metabolicznym, pełniąc wiele ważnych dla funkcji. W procesie spalania dostarcza potrzebnej organizmowi energii do pracy. Zalecany jest sportowcom przed zawodami. Jest składnikiem błon komórkowych organizmu, które powinny być elastyczne, zapewniać prawidłowy transport substancji odżywczych i komunikację z innymi komórkami. Kwas alfa-linolenowy przyczynia się do utrzymywania prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Olej Lniany BOFLAX® może być alternatywą dla ludzi, którzy nie stosują w swojej diecie ryb z powodu innych preferencji kulinarnych (np. dla wegan). Metabolitami kwasu alfa-linolenowego w organizmie są aktywne, występujące również w tłuszczach ryb kwasy EPA i DHA.

##### Skład:

Olej lniany wysokolinolenowy tłoczony na zimno – 100%.

##### Sposób użycia:

Olej Lniany BOFLAX® należy spożywać na zimno, bez podgrzewania i gotowania, gdyż wówczas zachowuje właściwości prozdrowotne i nie ulega destrukcyjnym przemianom. Po otwarciu butelki należy go przechowywać w lodówce. Do codziennego, profilaktycznego



spożycia wystarczy 1 łyżka stołowa (odpowiednio miarka dozująca 10 ml).

- Olej Lniany BOFLAX® jest podstawą diety dr Budwig, której głównym założeniem jest nasycenie organizmu odpowiednią ilością kwasów omega-3, przez co komórki odzyskują swoje naturalne właściwości. W tej diecie spożywa się do 60 ml oleju w ciągu dnia.
- Tradycyjnie olej Lniany spożywano z drobno pokrojoną cebulą lub roztartym czosnkiem, głównie jako dodatek do gotowanych ziemniaków lub białego sera.
- Olej Lniany BOFLAX® wspaniale smakuje dodany do pieczywa, śledzi, surówek z kiszonej i surowej kapusty, sałatek lub kaszy albo jako składnik sosów sałatkowych i majonezu. Można go także wykorzystać w ulubionej diecie według własnych pomysłów.
- Dzięki unikalnej, opracowanej w Zakładzie Badań i Przetwórstwa Nasion IWNiRZ technologii, Olej Lniany BOFLAX® przed otwarciem nie wymaga przechowywania w lodówce, zachowuje prozdrowotne właściwości przez minimum 3 miesiące od chwili nalania do chroniących przed UV butelek.
- Olej Lniany BOFLAX® przechowywany w lodówce może stać się nieco mętny. Na dnie butelki pojawić się może naturalny osad wytrąconych wosków, jednakże po umieszczeniu w temperaturze pokojowej ponownie stanie się klarowny.

**UWAGA! OLEJ MOŻNA SPOŻYWAĆ WYŁĄCZNIE NA ZIMNO!**