

# ΕΞΙΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ

## Ένα 100% φυσικό προϊόν!

### 5 λόγοι για να το προτιμήσετε...

### 5 μυστικά για να το αγαπήσετε...

#### 5 λόγοι για να το προτιμήσετε...

1. Έχει επιστημονικά αποδεδειγμένη θρεπτική και βιολογική αξία
2. Είναι απαραίτητο στοιχείο για μια ισορροπημένη διατροφή
3. Ελαττώνει την πιθανότητα εμφραγμάτων
4. Έχει προστατευτική δράση σε πολλές μορφές καρκίνου
5. Συνίσταται για το τηγάνισμα των τροφών γιατί :  
έχει μεγάλη περιεκτικότητα σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα και φυσικά αντιοξειδωτικά και δεν έχει δυσμενείς επιδράσεις στη λειτουργία του συκωτιού και στο μεταβολισμό των λιπιδίων ακόμα κι αν θερμανθεί στους 200° C

#### 5 μυστικά για να το αγαπήσετε...

1. Είναι παράγοντας μακροζωίας
2. Είναι άριστο αφροδιαιακό και διεγερτικό των ορμών
3. Προλαμβάνει την αρτηριοσκλήρωση και συμβάλλει στη βελτίωση της μνήμης
4. Είναι εύπεπτο και αφομοιώνεται εύκολα από τον οργανισμό
5. Έχει τις ίδιες ή λιγότερες θερμίδες από άλλα φυτικά λάδια μικρότερης θρεπτικής αξίας

Από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα η ελιά είναι το ιερότερο δέντρο του τόπου μας και το λάδι της ένα ανεκτίμητης αξίας προϊόν που οι επιστήμονες το χαρακτηρίζουν ως "αναντικατάστατο υγρό χρυσάφι" για την υγεία και τη ζωή μας. Δυστυχώς το "γρήγορο φαγητό", τα τυποποιημένα είδη διατροφής και οι έτοιμες τροφές τηγανισμένες με άγνωστης προέλευσης λάδια και λίπη έχουν γίνει μια κακή συνήθεια με αρνητικές συνέπειες για την υγεία μας. Αν θυμηθούμε όμως τα πλεονεκτήματα του ελαιόλαδου σε σχέση με τα διάφορα σπορέλαια είγουμε να το προτιμήσουμε και να του δώσουμε τη θέση που του αξίζει στο τραπέζι μας!

### Γιατί να πείτε ΝΑΙ στο ελαιόλαδο και ΟΧΙ στα σπορέλαια;

#### Προέλευση

#### Ελαιόλαδο

Προέρχεται από τη σάρκα του καρπού της ελιάς και περιέχει πάνω από 300 διαφορετικές ουσίες που του χαρίζουν γεύση, άρωμα και υψηλή θρεπτική και βιολογική αξία

#### Σπορέλαια

Προέρχονται κυρίως από τον σπόρο των καρπών χωρίς άρωμα και γεύση

#### Μέθοδοι

#### παραγωγής

#### Ελαιόλαδο

Παράγεται μόνο με φυσικές μεθόδους (πίεση και φυγοκέντρηση)

#### Σπορέλαια

Παράγονται με χημική επεξεργασία (εκχύλιση σε διαλύτες, κατεργασία με καυστική ποτάσα, αποχρωματισμό κ.λπ.)

#### Συστατικά

#### Ελαιόλαδο

Είναι πλούσιο σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα και σε αντιοξειδωτικές ουσίες που το κάνουν ανθεκτικό στο τάξιμα

#### Σπορέλαια

Περιέχουν πολυακόρεστα λιπαρά οξέα που τα κάνουν ευαίσθητα στο τάξιμα με επιδράσεις στον οργανισμό όπως αυτές των ακτίνων χ.