

Avokado matolja 125 ml

EAN: 8410885070869 FABRICANTE: MARNYS



Den 100 % rena MARNYS Avocado (*Persea Americana*) matolja är först kallpressad, har en delikat och behaglig smak och när den används ändrar den inte den ursprungliga smaken på maten. Och den har en mjuk och delikat smak, vilket förstärker smaken på mat.

DESCRIPCIÓN

Vad är avokadomatolja och vad är det till för?

MARNYS® Avocado Oil är en 100 % ren matolja, extraherad genom den första kallpressningsmetoden från frukten från *Persea Americana*-trädet, allmänt känt som avokado. Denna olja kännetecknas av att ha en delikat och behaglig smak, och när den används vid tillagning av mat, förändrar den inte matens ursprungliga smak.

En av de viktigaste näringsegenskaperna hos denna olja är dess oljesyrainnehåll, även känd som Omega 9, som representerar mellan 50 % och 70 % av minimihalten. Oljesyra är en typ av fettsyra som är nödvändig för ämnesomsättningen och är känd för sina hälsofördelar.

Avokadon kommer från Amerika och tillhör familjen Lauraceae. Dess namn "avokado" kommer från det aztekiska ordet "ahucatl." Med tiden har denna tropiska frukt odlats främst för sitt höga näringsvärde. Bevis på dess existens har hittats med anor från 800-talet f.Kr., då frön hittades begravda bredvid en mumie i Peru.

Avokado är en frukt rik på näringsämnen som fibrer, kalium, natrium, magnesium och vitaminerna A, C, K1, B5 och B3, samt kolin, lutein/zeaxantin och mycket enkelomättade fettsyror.

Avokadoolja består huvudsakligen av enkelomättade fettsyror, vilket ger den fördelaktiga egenskaper för kosten och erbjuder olika fördelar:

- Dess konsistens är mycket lätt, vilket gör den lätt att blanda med mat.
- Den har en mjuk och delikat smak, som förstärker smaken på rätter utan att dominera de andra ingredienserna, till skillnad från olivolja och andra oljor.
- Dessutom klarar avokadooljan höga tillagningstemperaturer, eftersom dess "rökpunkt" är cirka 255°C, vilket gör den till ett lämpligt alternativ för kulinariska förberedelser som kräver höga temperaturer.



Avokado matolja 125 ml

EAN: 8410885070869 FABRICANTE: MARNYS



Vilka är ingredienserna i Avocado Food Oil?

100 % ren avokadoolja (*Persea Americana*).

Hur används Avocado Food Oil?

Idealisk för att lägga till sallader, soppor och dressingar eller steka mat.

