

Gesunde Fette – what!?

Omega-3-Fettsäuren gehören zu den essenziellen Fettsäuren. Das heißt, sie können vom menschlichen Körper selbst nicht gebildet werden. Die Aufnahme über die Nahrung ist daher unerlässlich. Besonders die Omega-3-Fettsäure Alpha-Linolensäure (ALA) trägt zum Erhalt eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei und hat somit einen positiven Einfluss auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit.

ÖL ZUM FRÜHSTÜCK

Eine Extraportion Omega-3 – bereits am Morgen – liefern die Granovita Müsli Öle. Bereits 12 ml des Öls täglich (entspricht 2 g ALA) reichen für die positive Wirkung auf unser Herz-Kreislaufsystem aus. Gleichzeitig sollte aber natürlich auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise achtgegeben werden.

FÜR FRECHE FRÜCHTCHEN

Die Bio-Pflanzenölmischung des fruchtigen Müsli Öls basiert auf Raps- und Leinöl. Seine fruchtige Note erhält das Öl durch Sanddornfruchtfleisch-, Orangen- und Zitronenöl.

TIPP: Für ein fruchtiges Obstmüsli einfach Müsli in eine Schüssel geben, 1 EL der Bio-Pflanzenölmischung hinzufügen, gründlich mit dem Müsli vermengen und dann Milch(-alternativen) und frisches Obst hinzugeben. Mit dem fruchtigen Müsli Öl lassen sich auch Quarkspeisen und Dips verfeinern.

FÜR HARTE NÜSSE

Das nussige Müsli Öl besteht aus pflanzlichen Ölen in Bio-Qualität, darunter wertvolles Raps- und Leinöl. Kürbiskern- und Erdnussöl verleihen dem Öl seinen nussigen Geschmack.

TIPP: Für ein Obstmüsli einfach Lieblingsmüsli mit 1 EL des nussigen Müsli Öls vermengen, anschließend mit Milch(-alternative) oder Naturjoghurt servieren. Das Öl eignet sich außerdem auch perfekt für die kalte Küche als Zutat in leckeren Salatdressings.



Lecker auch für
frische Salate

Fruchtig,
Nussig

je 250 ml
(1 l € 26,36)

AKTION

6⁵⁹
7

