

ΓΙΑΤΙ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ



Το ελαιόλαδο είναι η βάση της μεσογειακής διατροφικής αλυσίδας, η οποία έχει αποδειχτεί ότι αποτελεί πρότυπο σωστής και υγιεινής διατροφής και παράγοντα μακροζωίας.

Οι ευεργετικές ιδιότητες του ελαιολάδου

Το ελαιόλαδο αποτελεί πλούσια πηγή βιταμινών Α, D, Κ και ειδικά Ε οι οποίες προστατεύουν τον οργανισμό μας από κάποια είδη καρκίνου (πχ παχέος εντέρου και μαστού), καθώς επίσης και από οστεοπόρωση. Λόγω της αντιοξειδωτικής του δράσης καθυστερεί τη γήρανση των κυττάρων, βοηθά στην πέψη και στην απορρόφηση του ασβεστίου και βελτιώνει την υγεία του δέρματος.

Το ελαιόλαδο επίσης περιέχει λινελαϊκό οξύ του οποίου η έλλειψη από τον ανθρώπινο οργανισμό οδηγεί σε μια σειρά βλαβών, όπως καθυστέρηση της ανάπτυξης, διαταραχές του μεταβολισμού κ.λ.π.

Επιστημονικές μελέτες που έχουν γίνει για τη δράση του ελαιολάδου στην υγεία, έχουν αποδείξει πως η καθημερινή κατανάλωση ελαιολάδου έχει ως αποτέλεσμα τη μικρότερη εμφάνιση καρδιαγγειακών νοσημάτων, μείωση της ολικής χοληστερόλης στο αίμα και λόγω της περιεκτικότητάς του σε πολυφαινόλες μπορεί να επιφέρει και μείωση της υπέρτασης.

Η ποιότητα του ελαιολάδου που παράγουμε είναι **Εξαιρετικά Παρθένο Ελαιόλαδο** με

οξύτητα που κυμαίνεται από

0,3%

έως

0,5%

.

Δείτε τις φωτογραφίες!

{gallery}oliveoil,thumbs=0,ratio=0,width=100,height=100,gap_v=30,gap_h=30,quality=50{/gallery}

Οι φωτογραφίες είναι από τον Ελβετό Hansueli Trachsel - hutrachsel@gmx.ch