Dane aktualne na dzień: 28-11-2026 09:32

Link do produktu: https://wiejskie-smaki.pl/olej-slonecznikowy-tloczony-na-zimno-500ml-p-125.html



Olej słonecznikowy tłoczony na zimno 500ml

Cena	**26,00 zł**
Główny składnik	**Słonecznik**

Opis produktu

□□ Olej słonecznikowy 500ml - do rodzinnych sałatek i domowych surówek

Duża miska sałatki na wspólny obiad, pasta do pieczywa na kilka śniadań czy domowy sos do warzyw - w takich potrawach warto zadbać również o smak oleju. **Olej słonecznikowy tłoczony na zimno 500ml** wyróżnia się wyraźnym aromatem świeżo łuskanych nasion słonecznika. Pasuje do codziennej kuchni opartej na prostych składnikach.

Charakterystyczny smak słonecznika

Olej jest tłoczony na zimno w Suwałkach z nasion słonecznika. Pozostaje **nierafinowany i nieoczyszczany**, a jego barwa może być jasnożółta lub intensywnie złocista. Wyrazisty smak dobrze komponuje się zarówno ze świeżymi warzywami, jak i kwaśnymi kiszonkami.

Przy pierwszym użyciu dodaj niewielką ilość, wymieszaj potrawę i spróbuj. Dzięki temu łatwiej dopasujesz intensywność słonecznikowego aromatu do pozostałych składników.

Co zawiera olej słonecznikowy?

W oleju występują jednonienasycone i wielonienasycone kwasy tłuszczowe, w tym **kwas linolowy należący do rodziny omega-6**. Szczegółowy podział tłuszczów oraz wartość energetyczną przedstawia tabela poniżej.

Zastosowanie w kuchni

- Do surówek z białej i czerwonej kapusty.
- Do sałatek z pomidorami, ogórkiem, rzodkiewką i zieleniną.
- Do past jajecznych, twarogowych i warzywnych.
- Do domowego majonezu, zimnych sosów oraz ostudzonych potraw z kaszą lub ziemniakami.

Używaj wyłącznie na zimno. Ten olej nie jest przeznaczony do smażenia, pieczenia ani gotowania. Jeśli dodajesz go do wcześniej ugotowanych składników, najpierw je ostudź.

Pomysł na sałatkę do wspólnego obiadu

Pokrój 3 pomidory, długi ogórek i pęczek rzodkiewek. W osobnym naczyniu połącz 20ml oleju słonecznikowego z 10ml soku z cytryny, posiekanym koperkiem, szczyptą soli i pieprzem. Polej warzywa sosem i wymieszaj tuż przed podaniem.

Tak przygotowana sałatka sprawdzi się jako dodatek do obiadu lub pieczywa. Dla bardziej wyrazistego smaku możesz dorzucić drobno pokrojoną czerwoną cebulę.

Pojemność 500ml do częstego używania

Większa butelka jest wygodna, gdy przygotowujesz zimne dodatki dla kilku osób. Z 500ml oleju zrobisz około **25 porcji sosu po 20ml**, takiego jak w przepisie powyżej. Ilość wykorzystanego oleju możesz dopasować do wielkości potrawy i własnych upodobań.

❄ Jak przechowywać?

Olej przechowuj w lodówce przed otwarciem i po otwarciu. Chroń go przed światłem, szczelnie zamykaj butelkę i przestrzegaj daty minimalnej trwałości podanej na etykiecie.

Drobne cząstki nasion mogą z czasem utworzyć naturalny osad na dnie butelki.

Skład

100% olej z nasion słonecznika tłoczony na zimno.

Wartości odżywcze w 100ml produktu

Wartość odżywcza	W 100ml
Wartość energetyczna	3404kJ / 828kcal
Tłuszcz	92,0g
w tym kwasy tłuszczowe nasycone	8,5g
w tym kwasy tłuszczowe jednonienasycone	48,3g
w tym kwasy tłuszczowe wielonienasycone	35,2g
Węglowodany	0g
w tym cukry	0g
Białko	0g
Sól	0g

Informacja dla alergików: produkt może zawierać **zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, orzechy** (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca i pistacje), **gorczycę oraz sezam** ze względu na przetwarzanie innych surowców w zakładzie.