Dane aktualne na dzień: 28-11-2026 09:16

Link do produktu: https://wiejskie-smaki.pl/olej-z-bialego-sezamu-tloczony-na-zimno-100ml-p-122.html




# Olej z białego sezamu tłoczony na zimno 100ml

| | |
|---|---|
| Cena | **21,00 zł** |
| Główny składnik | **Sezam** |

## Opis produktu

## Olej z białego sezamu 100ml - delikatnie orzechowy smak na zimno

Chrupiąca surówka, sałatka ryżowa albo domowy dip do warzyw. **Olej z białego sezamu 100ml** możesz wykorzystać w takich codziennych połączeniach. Ma łagodny, subtelnie orzechowy smak, który pasuje do świeżych warzyw, cytrusów oraz past ze strączków.

### Nieprażone nasiona i tłoczenie na zimno

Olej powstaje z **nieprażonych nasion białego sezamu**, tłoczonych na zimno w suwalskiej olejarni. Jest **nierafinowany i nieoczyszczany**, o jasnej, słomkowej barwie. Jego skład to jeden składnik - olej z nasion sezamu.

### Nienasycone kwasy tłuszczowe

W składzie tłuszczowym oleju sezamowego przeważają **kwasy jednonienasycone i wielonienasycone**. W kuchni olej sprawdzi się jako składnik dressingu, dodatek do hummusu lub sosu przygotowanego bez podgrzewania. Szczegółowe wartości znajdziesz w tabeli poniżej.

### Jak podawać olej z białego sezamu?

- **Do surówek** - z marchewki, ogórka lub kapusty.
- **Do sałatek ryżowych** - z całkowicie ostudzonym ryżem i pokrojonymi warzywami.
- **Do hummusu i past** - mieszany z gotowymi, zimnymi składnikami.
- **Do dipów** - z jogurtem naturalnym, limonką i świeżymi ziołami.

**Stosuj wyłącznie na zimno.** Ten olej nie jest przeznaczony do smażenia, pieczenia ani podgrzewania. Do gotowanych składników dodawaj go po ich ostudzeniu.

### Prosty przepis: surówka z dressingiem limonkowym

Pokrój ogórka i marchewkę w cienkie paski. Wymieszaj **5ml oleju z białego sezamu** z łyżeczką soku z limonki i łyżeczką sosu sojowego. Połącz dressing z warzywami, dodaj posiekany szczypiorek i podawaj jako dodatek do zimnego posiłku.

### 100ml do próbowania nowych smaków

Mała butelka pozwala sprawdzić olej sezamowy w kilku różnych przepisach, od prostych surówek po pasty kanapkowe. **100ml wystarcza na około 20 porcji po 5ml**. Odmierzaj ilość odpowiednią do wielkości potrawy i pozostałych składników.

**Porcja 5ml dostarcza około 41kcal.** Możesz wykorzystać ją do niewielkiej porcji sosu lub dressingu.

## ❄ Przechowywanie i naturalny osad

**Przechowuj olej w lodówce przed otwarciem i po otwarciu.** Po użyciu zamknij butelkę i odstaw ją do chłodu. Chroń produkt przed światłem oraz przestrzegaj terminu przydatności podanego na etykiecie.

W nieoczyszczanym oleju drobinki nasion mogą opaść na dno, tworząc **naturalny osad**. Jest to zjawisko charakterystyczne dla olejów tłoczonych na zimno.

## Skład

**100% olej z nasion sezamu białego tłoczony na zimno.**

## Wartości odżywcze w 100ml produktu

| Wartość odżywcza | W 100ml |
|---|---|
| Wartość energetyczna | 3404kJ / 828kcal |
| Tłuszcz | 92,0g |
| w tym kwasy tłuszczowe nasycone | 15,9g |
| w tym kwasy tłuszczowe jednonienasycone | 37,2g |
| w tym kwasy tłuszczowe wielonienasycone | 38,9g |
| Węglowodany | 0g |
| w tym cukry | 0g |
| Białko | 0g |
| Sól | 0g |

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