Dane aktualne na dzień: 28-11-2026 09:24

Link do produktu: https://wiejskie-smaki.pl/olej-z-bialego-sezamu-tloczony-na-zimno-250ml-p-123.html



Olej z białego sezamu tłoczony na zimno 250ml

Cena	**32,00 zł**
Główny składnik	**Sezam**

Opis produktu

□□ Olej z białego sezamu 250ml - do hummusu, sałatek i zimnych sosów

Domowy hummus, sałatka z makaronem ryżowym czy jogurtowy sos do warzyw. **Olej z białego sezamu 250ml** sprawdzi się w przepisach, w których szukasz subtelnego, orzechowego dodatku. Jego łagodny smak możesz połączyć z cytryną, czosnkiem, świeżymi ziołami i ugotowanymi, ostudzonymi strączkami.

Delikatny smak nieprażonego sezamu

Olej jest pozyskiwany z **nieprażonych nasion białego sezamu**. Ma jasną, słomkową barwę oraz delikatne nuty orzechowe i maślane. Dzięki temu pasuje zarówno do prostych warzywnych sałatek, jak i kremowych past przygotowywanych na zimno.

Tłoczony na zimno w Suwałkach

Powstaje w suwalskiej olejarni metodą tłoczenia na zimno. Pozostaje **nierafinowany i nieoczyszczany**. W składzie znajduje się wyłącznie **olej z nasion sezamu białego**. W jego profilu tłuszczowym przeważają kwasy jednonienasycone i wielonienasycone.

Pomysły na wykorzystanie w kuchni

- **Hummus i pasty ze strączków** - mieszane z cytryną, czosnkiem i przyprawami.
- **Sałatki z makaronem ryżowym** - z całkowicie ostudzonym makaronem i świeżymi warzywami.
- **Kremowe dipy** - na bazie jogurtu, z koperkiem lub szczypiorkiem.
- **Sosy do surówek** - z sokiem z cytrusów i odrobiną sosu sojowego.

Olej wykorzystuj wyłącznie na zimno. Nie jest przeznaczony do smażenia, pieczenia ani podgrzewania. Gotowane składniki ostudź przed połączeniem ich z olejem.

Prosty przepis: hummus z olejem z białego sezamu

Zblenduj **200g ugotowanej i ostudzonej ciecierzycy** z łyżką pasty tahini, **10ml oleju z białego sezamu**, łyżką soku z cytryny i niewielkim ząbkiem czosnku. Dodaj dwie łyżki wody, dopraw do smaku i ponownie zmiksuj. W razie potrzeby dolej trochę wody, aby uzyskać odpowiednią konsystencję. Podawaj z pieczywem lub pokrojonymi warzywami.

250ml do regularnego przygotowywania zimnych potraw

Ta pojemność sprawdzi się, jeśli lubisz olej sezamowy i sięgasz po niego przy przygotowywaniu różnych sosów oraz past. **Butelka 250ml wystarcza na około 50 porcji po 5ml lub 25 porcji po 10ml**. Wybór pojemności dopasuj do tempa zużycia i terminu przydatności na etykiecie.

Ilość oleju dobierz do przepisu i liczby przygotowywanych porcji. **10ml, czyli około dwóch łyżeczek, dostarcza w przybliżeniu 83kcal.**

❄ Przechowywanie i naturalny osad

Przechowuj w lodówce przed otwarciem i po otwarciu. Zamykaj butelkę po użyciu i chroń olej przed światłem. Przestrzegaj daty przydatności umieszczonej na opakowaniu.

Drobinki nasion mogą z czasem opaść na dno butelki. Powstający **naturalny osad** jest typowy dla nieoczyszczanego oleju tłoczonego 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.