

Link do produktu: <https://wiejskie-smaki.pl/olej-z-nasion-gorzycy-tloczony-na-zimno-100ml-p-91.html>

Olej z nasion gorzycy tłoczony na zimno 100ml

Cena	27 zł
Pojemność	100ml

Opis produktu

☐☐ Olej z nasion gorzycy tłoczony na zimno 100ml

Salatka z jajkiem, kanapka z twarogiem albo porcja śledzi mogą zyskać zupełnie inny charakter dzięki wyrazistemu dodatkowi. **Olej z gorzycy tłoczony na zimno** wnosi do potraw pikantną, musztardową nutę. To propozycja dla osób, które lubią zdecydowane smaki i chcą poeksperymentować z domowymi sosami.

Butelka 100ml sprawdzi się na początek przygody z olejem gorzycowym. Pozwala poznać jego smak i znaleźć ulubione połączenia: z kiszonym ogórkiem, koperkiem, cytryną albo pastą z fasoli. Dodawaj go jako akcent, dopasowując ilość do przygotowywanego dania.

☐☐ Z gorzycy białej, tłoczony w Suwałkach

Olej powstaje z nasion gorzycy białej. Jest **tłoczony na zimno, nierafinowany i nieoczyszczany**. Ma żółtą do złocistej barwę oraz intensywny aromat. Znany również jako **olej musztardowy**, dobrze odnajduje się w wytrawnych potrawach.

To regionalny produkt tłoczony w Suwałkach. Jego charakterystyczny smak warto wykorzystać tam, gdzie lubisz wyraziste przyprawy i kwaśne dodatki.

☐☐ Co zawiera olej gorzycowy?

- **Kwasy tłuszczowe jednonienasycone i wielonienasycone.** W profilu tłuszczowym tego oleju przeważają kwasy jednonienasycone. Szczegółowe wartości znajdziesz w tabeli poniżej.
- **Naturalne związki roślinne.** Badania olejów z gorzycy białej opisują obecność tokoferoli i fitosteroli. Ich ilość zależy od surowca i sposobu pozyskania oleju.

☐☐ Do czego używać oleju z gorzycy?

Musztardową nutę możesz połączyć ze świeżymi ziołami, kiszunkami albo delikatną bazą jogurtową. Wypróbuj olej do:

- **sałatki z jajkiem i rzodkiewką** - jako dodatek do sosu ze szczypiorkiem;
- **śledzi z cebulą** - do doprawienia porcji z koperkiem;
- **pasty z białej fasoli** - w połączeniu z sokiem z cytryny i pieprzem;
- **twarożku z kiszonym ogórkiem** - do kanapek na żytnim pieczywie;
- **dipów do warzyw** - z jogurtem naturalnym, czosnkiem i natką pietruszki.

Stosuj na zimno. Ten olej nie jest przeznaczony do smażenia, pieczenia ani podgrzewania.

☐☐ Prosty przepis: twaróg z ogórkiem i koperkiem

Rozgnieć **100g twarogu** z łyżką jogurtu naturalnego. Dodaj drobno pokrojony ogórek kiszony, koperek i pieprz. Wmieszaj kilka kropli oleju z gorczycy, spróbuj i dopraw do własnego smaku. Podawaj z żytnim pieczywem.

Ile oleju dodać do potrawy?

Ze względu na wyrazisty smak **zaczynij od kilku kropli**. Wymieszaj z pozostałymi składnikami, spróbuj i dopiero wtedy zdecyduj, czy dodać więcej. Ilość dopasuj do wielkości dania i innych użytych tłuszczów.

Orientacyjnie **1ml oleju dostarcza około 8kcal**. Ta informacja ułatwia uwzględnienie dodatku w kaloryczności posiłku.

Skład

100% olej z nasion GORCZYCY białej tłoczony na zimno.

Jak przechowywać?

Przechowuj w lodówce przed otwarciem i po otwarciu. Po użyciu szczelnie zakręć butelkę i chroń ją przed światłem. Przestrzegaj daty trwałości podanej na opakowaniu.

Drobny osad na dnie może powstawać z opadających cząstek surowca. Jest naturalną cechą oleju nieoczyszczanego.

Wartości odżywcze w 100ml

Składnik	W 100ml
Wartość energetyczna	3404kJ 828kcal
Tłuszcz	92,0g
w tym kwasy tłuszczowe nasycone	6,5g
kwasy tłuszczowe jednonienasycone	66,9g
kwasy tłuszczowe wielonienasycone	18,6g
Węglowodany	0g
w tym cukry	0g
Białko	0g
Sól	0g

Informacja dla alergików

Produkt zawiera GORCZYCĘ.

Może zawierać: **zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, pistacje i sezam.**