

## *huile composée* **Coco Olive**

Fruit de l'assemblage de 70 % d'olive vierge extra et de 30 % de coco 1<sup>re</sup> pression à froid, cette huile constitue une grande première dans le monde de la gastronomie en mariant saveurs méditerranéenne et exotique.

Ce mélange pourra être utilisé aussi bien à chaud, à haute température qu'en assaisonnement. Il accommodera tout aussi bien une recette salée ou sucrée.

Dénué de cholestérol, ce mélange Olive-Coco apporte 60 % d'**acides gras insaturés**, nécessaires à la santé cardio-vasculaire

On y trouve des **antioxydants** :

- les **polyphénols** provenant de l'huile d'olive permettent de se prémunir du mauvais cholestérol, ont des propriétés **anti-inflammatoires** et renforcent les **défenses immunitaires**.
- la **vitamine E** (tocophérol) présente dans les 2 composants, contribue à protéger les membranes cellulaires, a des bienfaits favorables pour la santé cardio vasculaire et pour les fonctions de reproduction.

**L'acide laurique** présent dans l'huile de coco, apporte des triglycérides qui aident à la production d'énergie et à la protection du cerveau.

Ce mélange apportera fantaisie et bienfait dans votre alimentation.

Ysabelle Levasseur  
Diététicienne-nutritionniste