

huile composée **Quintuor**

Ce mélange est composé de : Colza à 54 % 1^{re} pression à froid* • Sésame à 25,5 % 1^{re} pression à froid*
Noix à 11 % 1^{re} pression à froid* • Chanvre à 5 % 1^{re} pression à froid* • Onagre 4,5 % 1^{re} pression à froid*

Sa robe est jaune d'or avec des reflets verts. Les arômes de colza et de sésame dominant. En bouche, l'attaque est herbacée et le final poivré.

Il accompagnera à merveille un tartare de Saint-Jacques et des crudités.

A utiliser uniquement à froid et à conserver au frais pour préserver ses qualités nutritionnelles.

Ce mélange est un bel équilibre d'acides gras saturés et insaturés (poly et mono insaturés), de vitamines liposolubles et de composés nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme.

Ce ***mélange anti inflammatoire*** convient pour aider à prévenir les troubles cardio-vasculaires, réduire le cholestérol, lutter contre le stress oxydatif des cellules et renforcer le système immunitaire.

On y trouve :

- des ***omégas 3*** apportés par l'huile de chanvre, de noix et de colza. Ils sont nécessaires entre-autre, au fonctionnement cérébral.
- des ***omégas 6*** apportés par l'huile d'onagre, de noix, de colza et de sésame. Ils permettent d'équilibrer cette huile composée en acides gras essentiels 6/3,
- des ***omégas 9*** apportés surtout par l'huile d'onagre, de sésame et de noix
- de la ***vitamine E*** apportée par l'huile de noix, de colza et de sésame
- de l'huile de sésame qui contient de la sésamoline permettant de lutter contre le cholestérol
- de l'huile d'onagre qui a des bienfaits sur les symptômes liés aux périodes prémenstruels, la ménopause et la peau.

ATTENTION : A proscrire en cas d'allergie au sésame et aux noix.

Ysabelle Levasseur
Diététicienne-nutritionniste

* Nos huiles de 1^{re} pression à froid sont extraites à une température inférieure à 38°C sans chauffage ni préchauffage pour préserver leurs vertus nutritionnelles, elles sont donc certifiées RAWFOOD ou alimentation crue.

Toutes les graines et fruits sont achetés dépoussiérés et sont de nouveau dépoussiérés à l'huilerie.

Cela permet de produire une huile de qualité irréprochable tant en goût qu'en conservation.

Elles sont à utiliser à froid ou en cuisson arrêtée pour conserver leur intérêt nutritionnel.