



www.bioplanete.com

Категория	МАСЛА ОТ BIO PLANÈTE	 веганский	 сырое	 лучшие кондитерские изделия + десерты	 горячая кухня	Жирные кислоты г/100 мл
	Кокосовое масло, Мягкий на пару					83 из которых лауриновая кислота = около 50%  6
	Масло подсолнечное, нативное					9  23  60
	Масло для жарки, нативное					7  78  3
	Оливковое масло, нативное					16  65  9
	Рапсовое масло, нативное					7  57  18  9
	Масло черного тмина, нативное					14  21  54
	Льняное масло, нативное					11  18  17  47
	Аргановое масло, нативное					17  42  33
	Масло авокадо, нативное					14  69  7
	Кокосовое масло, нативное					86 из которых лауриновая кислота = около 50%  4
	Миндальное масло, нативное					9  62  21
	Кунжутное масло, нативное					15  40  37



Классический
Для повседневной кухни



Энергичный
Для здоровой кухни



Изысканный
Для креативной
и приятной кухни

 насыщенные жирные кислоты (FS)  мононенасыщенные жирные кислоты  **Омега 6** (Линоленовая кислота): полиненасыщенные жирные кислоты
 **Омега 3** (Линоленовая кислота): полиненасыщенные жирные кислоты *В отличие от натурального масла, жареное не подходит для сыроядения



Парить & готовить



жарить



Вок & жарить во фритюре



Не нагревать

