

# 支付宝/混批/希腊阿茜娅500ML特级初榨/橄榄油

产品名称	支付宝/混批/希腊阿茜娅500ML特级初榨/橄榄油
公司名称	成都市明禾春粮油食品有限公司
价格	.00/个
规格参数	商品条形码:520010890038 品牌:阿茜娅 净重:500ML ( kg )
公司地址	成都市新都区木兰镇共和村二社
联系电话	028-83038696 18980749849

## 产品详情

商品条形码	520010890038	品牌	阿茜娅
净重	500ML ( kg )	保质期	24 ( 个月 )
等级	一级	储藏方法	阴凉干燥处，避光保存
生产日期	20100820	售卖方式	包装
特产	是	原产地	希腊

销售热线：1898085333515928090377许先生

www.xbnpc.com业务qq:34599868

本公司为希腊、意大利产阿茜娅橄榄油西南地区总代理

备注：1、以上产品均为希腊和意大利原装进口产品。  
2、所有产品均经过中华人民共和国出入境检验检疫中心检测，均符合国家相关法规。

橄榄油——世界上唯一以天然状态被食用的植物油

橄榄油是油橄榄果经物理冷榨后，油水自然分离得到的果油，未经任何热处理和化学处理，完全保存了各种营养成分，是完全天然的食品。橄榄油富含脂溶性维生素a、b、d、e、k、叶绿素、不饱和脂肪酸(油酸、亚油酸、亚麻油酸)胡萝卜素、角鲨烯、多酚等，是含天然抗氧化剂最丰富的食品之一。

橄榄油来自遥远的地中海沿岸。橄榄树首次在地中海沿岸国家种植是在6000年以前，从那时起橄榄油就被用做食用保健、医疗及化妆品。现代科学已经证明橄榄油能预防心血管疾病，对胃肠系统有益处，防止癌变。由于橄榄油独特的食用保健和美容价值，被世界医学界和营养学界誉为“液体黄金”、“植物

油中的皇后”。

## 橄榄油与保健—各种食用油脂脂肪酸种类含量比例表

食用油种类单不饱和脂肪酸多不饱和脂肪酸饱和脂肪酸橄榄油70%9%14%菜籽油48%34%18%花生油13%78%9%大豆油25%62%13%红花籽油24%61%15%清香油54%18%28%猪油47%12%41%

## 橄榄油与保健抗氧化剂——人体的“健康卫士”

人体抵抗自由基的武器是抗氧化剂，它们是人体的“健康卫士”。抗氧化剂通过牺牲自身的电子引诱自由基，保护我们的机体不受损害。人体自身的抗氧化系统可以合成内源性抗氧化剂，但其数量不足以对抗自由基，所以我们还须从富含抗氧化剂的食物和补剂中补充外源性抗氧化剂。

外源性抗氧化剂的五个来源:

- (1)新鲜初榨的橄榄油；
- (2)茶；(3)水果和蔬菜；
- (4)葡萄酒；
- (5)维生素抗氧化剂。

## 橄榄油与饮食烹饪

地中海国家有许多常见菜肴以橄榄和橄榄油为基本用料。烹饪术语多称其为“地中海食品”，其特点是大量使用橄榄油，大量使用高纤维谷物、蔬菜、豌豆，其特点是比动物脂肪更容易吸收。生蔬菜以橄榄油调味并以橄榄点缀是有名的色拉的基本做法。橄榄油使食物味道很美，带有橄榄香味，特别是脂肪含量较低的食物，可以使这些食物更加开胃。橄榄油是各类生食的可选配料，可以在烤面包上沾橄榄油食用，或者用作各种冷盘的调味品。还可以在炒菜、做汤、炖肉或烤肉时使用。总之，橄榄油适用于各种方式的烹调。

## 橄榄油使用指南

(一)食用【烹调】橄榄油可以用于任何食物及任何方式的烹调。尤其是希腊橄榄油，它的口味清淡，没有异味，非常适合中国人的饮食口味和烹调习惯。各种加入橄榄油的食品会变得更加美味。用量：仅需一般食用油的三分之一。

不用预热，不用呛锅，油烟少，不粘锅，不污染环境，炒出的菜肴不变色，清淡鲜亮，原汁原味，不糊不腻。

普通食用油加热到一定温度会发生过氧化反应，而过氧化物对人体非常有害。橄榄油富含抗氧化物，加热到200 - 220摄氏度也不会产生过氧化物，对人体无害，因此可以放心用于食品煎炸。剩油也不必倒掉，沥干其中的杂质后可以重复使用，连续10次以上也不会改变味道。