

Meruňkový olej

Tento panenský olej je lisovaný za studena z jader pecek meruněk. Je novinkou mezi panenskými oleji, **jeho specifikum je obsah vitamínů B15 a B17 a B 19**, které žádné jiné oleje neobsahují. Účinný je zejména jako podpůrný prostředek **v léčbě rakoviny**.

Charakteristika:

Obsahuje velké množství nenasycených esenciálních mastných **kyselin – palmitovou, palmitoolejnou, stearovou, olejovou, linolovou a linoleovou**. Dále vitamíny **B1, B2, B3, B5, B6, B12, B15, B17 (laetрил), B 19 a A, C a F**.

Účinnost:

- vitamíny B15 a B17 (laetрил) jsou účinnou pomocí **při léčbě rakoviny**
- posiluje imunitu
- je vynikající na **posílení srdce, cév, žil a očí**
 - upravuje hladinu cholesterolu
 - vyrovnává **kolísavý tlak**
- zklidňuje nervový systém - používá se na nespavost
- pomáhá funkci **štítné žlázy**
- čistí ledviny a močové cesty
- pozitivně působí na trávicí systém
- regeneruje kůži;

Použití:

Vnitřně - užívá pouze v malém množství, které se nesmí přesáhnout - denně ½ čajové lžičky před jídlem nebo pokapat hotové jídlo.

Zevně - maže se na kůži.

Použitelnost:

Trvanlivost meruňkového oleje je při teplotě od 4° do 15 °C jeden rok, po otevření uchovávejte v lednici a spotřebujte do 3 měsíců. Nesmí se vařit ani ohřívat. Musí se ukládat do tmy a chránit před světlem.

Využití v kuchyni:

Meruňkový olej je velmi vhodný na sladká jídla – palačinky, poháry, tvarohy, těstoviny (nudle s mákem), jogurty, ale i na zeleninu.