

## BIO EXTRA PANENSKÝ OLIVOVÝ OLEJ

Olivový olej je již u nás velice známý. Pro své pozitivní účinky na zdraví, které se po staletí projevují zejména u středomořských národů se jeho používání velmi rychle ujalo i u nás. Druhů olivových olejů je celá řada dle jejich původu a zpracování. Jsou pod různými označeními a názvy a také jejich určení je různé dle potřeby a kvality. Ti co kladou důraz zejména na své zdraví a mají zájem olivový olej užívat především za tímto účelem vědí, že nejúčinnější olej pro tyto účely (do studené kuchyně a pro užívání na lžičku) je nejvhodnější Panenský olivový olej. I mezi panenskými olivovými oleji bývá však velký rozdíl, opět dle svého původu a zpracování – technologii. Obsah látek těchto olejů, např. kyselost, pak bývá rozdílná - a tím i jeho účinnost. Za nejúčinnější panenské olivové oleje jsou považovány oleje jednodruhovému (z jednoho druhu oliv), získávané mechanickým lisováním za studena z oliv bez pecek. Svou roli v kvalitě hraje i podnebí a péče o olivovníky při jejich pěstování.

Takovým prvotřídním panenským olejem je **BIO EXTRA PANENSKÝ OLIVOVÝ OLEJ** pocházející z kláštera AGIA TRIADA (Svatá Trojice) na Krétě. Olivy, z nichž se tento olej lisuje, pocházejí pouze z olivových hájů přilehlých ke klášteru Agia Triada. Mniši tohoto kláštera o „své“ olivové háje pečují již po celá staletí, olivy pro lisování tohoto oleje pečlivě vybírají, což mu dodává tu nejvyšší možnou kvalitu, jemnost a nenahraditelnou chuť. Olivy pro výrobu tohoto exkluzivního oleje jsou jednodruhovému, olej se v klášteře lisuje tradičním způsobem za studena, je z prvního lisu. Vzhledem ke své jedinečnosti získal ochrannou známku I.G.P ( jde o chráněné zeměpisné označení, které se uděluje výrobkům chráněným nařízením Rady (ES) č. 509/2006).

### Charakteristika

**BIO EXTRA PANENSKÝ OLIVOVÝ OLEJ** má velmi lahodnou chuť, mimořádnou jemnost a nádherně voní. Každý odborník ocení velmi nízkou kyselost, která je 0,1 – 0,8%. Neobsahuje cholesterol. Obsahuje mono-nenasycené mastné kyseliny (monokarboxylové kyseliny), které jsou **základem pro tvorbu bílkovin**. Dále obsahuje vitamin A a E ( tokoferol) - vitamín rozpustný v tucích, který chrání buněčné membrány = slouží jako **důležitý antioxidant** (chrání před vznikem rakoviny a cévních chorob). Panenský olivový olej podporuje trávení a také se považuje za velmi dobré laxativum (projímadlo), které podporuje peristaltiku (pohyby - pročišťování) střev, jejich uvolnění a vyprazdňování při zácpě (o způsobu a míře dávkování za těchto okolností je možné se poradit, viz. mimořádné služby).

## Účinky

- ❖ podporuje trávení a metabolismus tuků
  - působí příznivě na žaludek (zlepšuje činnost žaludku, podporuje chuť k jídlu), žlučník (podporuje tvorbu žluči a její vylučování do střeva), játra, slinivku a střeva
  - má pozitivní účinek na zažívací ústrojí (díky přítomnému rostlinnému slizu) - všeobecně se doporučuje při problémech vylučování (zácpy)
  - pomáhá při pomalém vyprazdňování žlučníku a problémech se žlučníkovými kameny
- ❖ snižuje riziko srdečních a cévních onemocnění
  - ředí krev - snižuje riziko tvorby krevních sraženin a ucpání cév
  - snižuje riziko infarktu a mozkové příhody - je velmi vhodný po infarktu
  - snižuje krevní tlak i hladinu cholesterolu v krvi
- ❖ olivový olej je dobrým pomocníkem v boji s rakovinou tlustého střeva, prostaty a prsu
- ❖ má příznivý vliv na pohlavní orgány a nervosvalovou činnost
- ❖ pomáhá i na některé ekzémy, bércové vředy (uklidňující a osvěžující účinky na kůži)
- ❖ v kosmetice je olivový olej velmi vhodný:
  - pro suchou, podrážděnou, alergickou, zánětlivou, poraněnou či jinak poškozenou pokožku
  - lze jej rovněž doporučit v péči o jemnou pokožku dětí - kromě vitamínu E, který tělo chrání před volnými radikály a zabraňuje předčasnému stárnutí kůže obsahuje i vitamín A, jenž zjemňuje pokožku a napomáhá při tvorbě nových buněk
  - má pro pokožku všeobecně zklidňující účinky, dokáže dobře ošetřit i popálenou kůži či drobná bodnutí od hmyzu
  - hodí se k aplikaci vlasových zábalů a balzámů - vlasy jsou po něm lesklé a pružné

## Použití

**Vnitřně** – 2 x denně 1 malou (čajovou) lžičku, před jídlem, během jídla, do jídla, po jídle. Při problémech vylučování (zácpy) 1 polévková lžíce olivového oleje každé ráno nalačno jako vynikající přírodní projímadlo.

**Vně:** při kožních potížích potírat postižená místa. Pro běžnou péči o pokožku a pleť jako pleťové mléko – **zjemňuje pokožku a napomáhá při tvorbě nových buněk**, zanechává ji pružnou a hladkou. Je vhodný i k odlíčení.

Na vlasy jako vlasový zábal – vetřít do vlasů, vlasy jsou po něm lesklé a pružné.

Je vhodný zejména do studené kuchyně. Extra panenský olivový olej lze použít i v teplé kuchyni - neměl by se však zahřívat nad teplotu 180°C. Hodí se výborně k přípravě různých salátů, marinád, omáček (studených) i moučníků.

## Balení

skleněná lahvička 250 ml, 500 ml, 750 ml

[www.panenske-oleje.cz](http://www.panenske-oleje.cz)