

Maslinovo ulje

Benefits

Zdravlje srca: Oleinska kiselina i antioksidansi snižavaju "loš" (LDL) kolesterol i štite krvne žile od začepljenja.

Protuupalno djelovanje: Sadrži oleokantal, spoj koji djeluje slično kao ibuprofen u smanjenju upalnih procesa u tijelu.

Zaštita mozga: Polifenoli u ulju povezuju se s boljom funkcijom mozga i prevencijom kognitivnog propadanja.

