

# Gesunde Öle



## Gesunde Öle – Gesundheitsbewusste Ernährung

Die allgemein verbreitete Meinung, dass Öle grundsätzlich schlecht sind und nur dick machen, hat dafür gesorgt, dass immer mehr Menschen immer weniger Fette und Öle zu sich nehmen.



Gesunde Öle unterstützen die Gesundheit.

### Light Produkte schaden Ihrer Gesundheit

Verzichten Sie auf sämtliche Light Produkte und führen Sie Ihrem Körper wieder eine ausreichende Menge guter Fette und Öle zu - selbstverständlich nicht im Übermaß.

### Wozu benötigt der Körper gesunde Öle?

- sie sind zur Aufnahme der fettlöslichen Vitamine A,D,E und K erforderlich
- sie sorgen für ein natürliches Sättigungsgefühl
- sie bilden die am stärksten konzentrierte Speicherungsform von Energie
- sie sind für die Funktion von Hormonen und Enzymen unerlässlich
- sie verringern Schwankungen im Blutzuckerspiegel
- das Gehirn ist auf hochwertige Fette u. Öle angewiesen, uvm

### Welche Fette und Öle sind ungesund?

Industriell hergestellte Öle werden in massiver Form ver- und bearbeitet, damit sie möglichst billig, geruchlos und uns mit einer maximalen Haltbarkeit angeboten werden können. Was nach einem derartigen Bearbeitungsprozess vom Öl noch übrig bleibt, ist für den Körper nicht nur absolut wertlos, sondern auch schädlich...

### Was zeichnet ein gesundes Öl aus?

Gesunde Öle werden während des gesamten Herstellungsprozesses äußerst schonend behandelt. Das Entsteinen und Pressen der Kerne geschieht manuell. Das Öl wird kalt gepresst und zu keiner Zeit Temperaturen ausgesetzt, die den empfindlichen Inhaltsstoffen schaden. Auf diese Weise bleibt die vorhandene Nährstoffdichte der Öle erhalten. Nur ein kalt gepresstes Öl aus erster Pressung, mild duften und unerhitzt unterstützt Ihren Körper und leistet so einen wesentlichen Beitrag zur Gesundheit und Vitalität.

**Eine Vielzahl wunderbarer, biologischer Öle finden Sie hier bei uns!  
Spüren Sie den Unterschied!**

Fragen Sie unser Dorfladen Team