

LAATU ON VALTTIA RUOKAÖLJYN VALINNASSA

Olivadon laadukkaat, kylmäpuristetut avokadoöljyt tuovat kesän talven keskelle

Ruoanlaittoöljyä valitessa kannattaa panostaa laatuun, sillä laadukkaassa ruoanlaittoöljyssä yhdistyvät sekä kulinaariset että ravitsemukselliset hyödyt. Laadukas, kylmäpuristettu ekstra-neitsytöljy on muun muassa pakattu tummaan lasipulloon öljyn pilaantumisen estämiseksi. Olivadon kylmäpuristetut ekstra-neitsytavokadoöljyt ovat korkealaatuisia, tummiin lasipulloihin pakattuja ruoanlaittoöljyjä, jotka huolehtivat tyydyttymättömien rasvahappojen saannista – ja tuovat auringonpaisteen lautaselle myös kaamoksen keskellä.



Ruokaöljyjen laaduissa eroja

Kylmäpuristettua ekstra-neitsytöljyä valitessa kannattaa aivan ensimmäiseksi kiinnittää huomiota siihen, millaiseen pulloon öljy on pakattu. Laadukas, kylmäpuristettu ekstra-neitsytöljy on pakattu tummaan lasipulloon, jolloin öljy ei pääse pilaantumaan valon ja hapen vaikutuksesta. Happi voi pilata öljyn myös muovipullon läpi.

Kylmäpuristettujen ekstra-neitsytöljyjen puristaminen alle +50 asteen lämpötilassa säilyttää öljyssä monia terveydelle hyödyllisiä ainesosia, kuten polyfenoleja ja karotenoideja. Raffinoiduista öljyistä sen sijaan nämä ainesosat on puhdistettu lähes kokonaan. Myös esimerkiksi ekstra-neitsytoliiviöljyjen sisältämien polyfenolien määrä voi vaihdella jopa 100–800 mg/kg välillä.

– Vaikka etiketissä lukisi kylmäpuristettu ekstra-neitsytöljy, tämä ei aina pidä paikkansa. Australiassa, Uudessa-Seelannissa ja Kanadassa on ilmennyt, että moniin ekstra-neitsytöljyihin myytäviin oliiviöljyihin oli sekoitettu mukaan raffinoituja öljyjä, muita kuin oliiviöljyjä tai öljyjä, jotka eivät ole ekstra-neitsytöljyjen standardien mukaisia, Olivadon johtaja **Gary Hannam** toteaa.



Olivadon avokadoöljyt 100 % luonnon tuotteita

Olivado Kylmäpuristettu Avokadoöljy ja tuoretta sitruunaa sisältävä **Olivado Avokado Zest -ruoanlaittoöljy** puristetaan avokadon hedelmälihasta hellävaraisesti alle +50 asteen lämpötilassa. Näin saadaan puristettua noin 80 % avokadossa olevasta öljystä. Puristamisessa käytetään ainoastaan avokadoja ja vettä, ilman liuottimia. Olivadon ekstra-neitsytavokadoöljyt ovatkin 100 % luonnon tuotteita – korkeatasoisimpia markkinoilla olevia avokadoöljyjä.

Avokadon kuoret, kivet ja ylimääräinen vesi käytetään lannoitteena, ja puristuksesta jäljelle jäänyt massa käytetään ravinteikkaana karjan rehuna. Avokadopuut tarvitsevat vuosittaisen kasvuunsa vähemmän tuotantopanoksia kuin esimerkiksi rypsi, ja avokadopuihin sitoutuu ilmasta runsaasti hiilidioksidia. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen Mittatikkuhankkeessa (2006) todettiin, että rekka- ja laivakuljetusten osuus ruoan kokonaisympäristövaikutuksissa ei ole kovinkaan suuri.

Terveellisiä ravintoaineita lautaselle

Hyödyllisten rasvahappojen ja E-vitamiinin lisäksi Olivadon ekstra-neitsytavokadoöljyt sisältävät muun muassa karotenoideja noin 3 mg/100 ml, fytosteroleihin kuuluvaa betasitosterolia noin 0,5 g/100 ml sekä luteiinia noin 1,9 mg/100 ml. Päivittäisestä E-vitamiinin tarpeesta 20 % saadaan 10 millilitrasta avokadoöljyä. Olivadon avokadoöljyjen peroksidiarvot ovat erittäin alhaiset, mikä osoittaa, että öljy on hapettunut vain hyvin vähän.

Kylmäpuristetut ekstra-neitsytavokadoöljyt tukevat ruoka-aineiden omaa makua. Niiden täyteläinen ja pehmeä maku ei peitä alleen hienojakaista makua, kuten kalan makua.

Olivadon ekstra-neitsytavokadoöljyä voi käyttää ruoan kypsennykseen myös korkeissa lämpötiloissa, sillä sen savuamispiste on +255 astetta. Esimerkiksi ekstra-neitsytoliiviöljy hajoaa kuumennettaessa yleensä jo alle +160 asteessa. Koska avokadoöljy ei hajoa kuumennettaessa, sitä tarvitaan ruoanlaitossa vähemmän kuin kuumuudessa hajoavia öljyjä. Uppopaistossa Olivadon avokadoöljyjen vihreä väri ja rakenne säilyvät jopa usean käyttökerran jälkeen.

Tuotetiedot:

Olivado Kylmäpuristettu Avokadoöljy (250 ml), hinta 6,20–7,60 €

Olivado Avokado Zest -ruoanlaittoöljy (250 ml), hinta 6,20–7,60 €

Lisätietoja:

Olivado Limited, www.olivado.com

Toimitusjohtaja Gary Hannam, gsm +417 9396 7645, gh@tanlay.com

Viestintä:

PR- ja viestintätoimisto Promode Oy, puh. 09 170 070

Elina Kangas, elina.kangas@promode.fi / tiedotus, tuotenäytteet ja kuvamateriaali

Jälleenmyynti:

Päivittäistavarakaupat

Kuluttajatiedustelut:

Air Logistics Finland AB, puh. 010 400 6560

RAVINTOSISÄLTÖ / 100 ml

Energiaa	3375 kJ (806 kcal)
Proteiinia	0 g
Hiilihydraatteja	0 g
Sokeria	0 g
Rasvaa	92 g
- josta tyydyttyneitä rasvahappoja	13 g
- kertatyydyttymättömiä	68 g
- monityyydyttymättömiä	11 g
- transrasvaa	0 g
- kolesterolia	0 g
Natriumia	0 g
E-vitamiinia	20 mg

Olivado Limited on vuonna 1999 perustettu, uusiseelantilainen yritys, joka valmistaa elintarvikekäyttöön mm. avokadoöljyjä, oliiviöljyjä ja macadamiahkinööljyjä. Olivadon ruokaöljyjä myydään 16 maassa, ja Olivado on maailman johtava avokadoöljybrändi. Olivadon tuotteet ovat voittaneet Uudessa-Seelannissa lukuisia palkintoja erilaisissa elintarvikealan kilpailuissa.