

Brug kokosolie til madlavning!

Ren uraffineret økologisk jomfru kokosnøddolie indeholder 92% mættet fedt, 6% enkeltumættet og 2% flerumættet fedt.

Denne, naturens geniale kombination af fedtsyre er det nærmeste vi kommer modermælk og næsten identisk med indholdet af fedtsyre i modermælk.

Ren uraffineret økologisk kokosolie lagres ikke i fedtdepoterne(fedtceller) men går direkte til leveren og omdannes til ren energi i cellerne.

Kokosolien indeholder ingen enzymer. Den er presset af det friske hvide kød af økologisk dyrkede kokosnødder. Det hvide kød er skånsomt presset så alle naturlige næringsstoffer og biologiskaktive fedtsyrer bevares i olien, inklusive vitaminer, mineraler og antioxidanter. Du kan også bruge det til massage og som fedtstof til tør hud. Både til dig selv og dine børn.

Du kan bruge det som erstatning for smør og andre olier. I madlavningen både opvarmet og uopvarmet, til stegning og bagning, tilsat i müsli, smørelse på brødet, i shakes og varme retter.

Kokosolie har bla. indflydelse på energiniveauet, stofskiftet, fedtforbrændingen, immunsystemet, fordøjelsen, muskelfunktionen og mave/tarmsystemet.

Husk ekstra jomfru kokosolie har intet at gøre med raffinerede kokosolieprodukter der er på linie med margarine.

Personlig Træner Lisette Christiansen

Mobil : 2879 3121

ChrisCoaching

www.lisettechristiansen.dk