

高油酸花生油上市

鲁花开创健康饮食新理念

科学研究表明,食用油的健康与否,关键在于其油酸含量的多少,油酸含量越高越健康。高油酸对心血管疾病有极强的预防效果,油酸能帮助人体降低血胆固醇、甘油三酯和密度脂蛋白,食用油中的油酸含量越高,意味着品质越好越健康。因此,高油酸食用油已经成为了健康饮食的新标志。

营养健康 油酸含量是关键

食用油营养成分中鲜为人知的健康密码

《中国居民膳食指南》中记载了油酸的科学分析:油酸具有天然的抗氧化功能,可以清除氧自由基,有抗衰老的功能。近年来,通过种种研究表明,油酸具有健康、抗衰老等特点。据了解,油酸为单不饱和脂肪酸,是植物油的重要组成部分,其性质稳定,具有降低高血脂症患者血脂水平以及预防心血管疾病的作用,可降低有害胆固醇、保持有益胆固醇不降低。脂肪酸是人体维持机体正常代谢不可缺少的营养素,研究发现,人每天所摄入的脂肪酸中有50%都来自于食用油。而脂肪酸又分为饱和脂肪酸、单不饱和脂肪酸(油酸)、多不饱和脂肪酸,单不饱和脂肪酸(油酸)摄入的多少决定其对健康产生的利弊影响,所以选对食用油对营养健康是至关重要的。

饱和脂肪酸

要解锁食用油中的健康密码,首先要了解三种脂肪酸对人体的利弊。下面我们就三种脂肪酸对人体的不同意义进行一番比较:

类别	优点	缺点
饱和脂肪酸	为人体提供能量	1. 过多摄入可能诱发多种心血管疾病 2. 促癌作用比多不饱和脂肪酸强 3. 过多摄入损害记忆力和学习能力。
多不饱和脂肪酸 (亚麻酸和亚油酸)	1. 改善血管弹性 2. 降低胆固醇 3. 增强记忆力和思维能力	1. 亚油酸摄入过多会引起过敏、衰老等病症 2. 亚油酸摄入过多还会抑制免疫力、减弱人体的抵抗力 3. 亚油酸摄入过多大量摄取时还会引发癌症。
单不饱和脂肪酸 (油酸)	1. 降低血液中的“坏胆固醇”,提升血液中的“好胆固醇” 2. 有效预防和有助治疗动脉硬化、冠心病等心血管疾病 3. 抗氧化、抗衰老	暂无

通过以上分析可见,我们在选择食用油的时候要控制饱和脂肪酸的摄入量,控制两种多不饱和脂肪酸(亚麻酸和亚油酸)的比例,除此之外大量摄入单不饱和脂肪酸(油酸),对身体更有益处。



老味道更健康

高油酸花生油正在挤掉“舶来品”

据调查显示,在植物油中,橄榄油中的油酸可达到75%—85%左右,橄榄油素有“油中皇后”的称号,根据数据调查,橄榄油中含有80%以上不饱和脂肪酸,其中70%以上是单不饱和脂肪酸,即油酸,远远超过普通大豆油、花生油的油酸含量,从数据上看橄榄油似乎更符合现代的营养健康用油标准。但橄榄油主要产自希腊、西班牙、意大利等西方国家,属于“舶来品”,其色泽、香味、口感与中国美食传统的烹饪习惯难以融合,“植物油皇后”成为了中国人馈赠亲友的礼品手伴,或藏在橱柜里成为冷板凳油脂。普通花生油中油酸含量在40%—50%之间,玉米油中油酸含量在30%,传统大豆油中含20%—25%

左右,椰子油中则只有5%—6%。以高油酸花生为原料的高油酸花生油,却能稳定地将油酸保持在75%—85%之间,根据高油酸花生品种的不同,一般都能维持在油酸含量80%左右,个别品种含量高达90%,生产出的高油酸花生油直媲美橄榄油的油酸含量与价值。



高油酸花生油

鲁花带来餐桌健康新革命

9月13日,鲁花高油酸花生油重磅上市,为中国家庭再添高品质健康食用油新选择。鲁花高油酸花生油由我国食用油知名品牌——鲁花精选单不饱和脂肪酸含量高的高油酸花生品。高油酸花生油直媲美橄榄油的油酸含量与价值而更适合煎、炒、烹、炸等中国美食烹饪方式。同时,也更满足中国家庭对美味与健康的双重追求。

通过问卷走访得出的结果表明,大部分被调者表示将会更愿意选择符合中国人口味的高油酸花生油。因其更适合煎、炒、烹、炸等中国美食烹饪方式。同时,也更满足中国家庭对美味与健康的双重追求。随着健康饮食观念的不断提高,鲁花高油酸花生油将会受到市场和消费者的高度青睐。

鲁花
中国味 鲁花香

CCTV
国家品牌
计划

75%

高油酸花生油

高端新品 荣耀上市

油酸含量高于75%

油酸是单不饱和脂肪酸,被营养学界称为“安全脂肪酸”

Omega-9

Omega-9

Omega-9