



HUILE DE LIN

Notre huile est extraite dans notre presse artisanale à froid et donne une huile jaune or, limpide de fluide à légèrement épaisse.

La singularité de cette huile est son absence de cholestérol et son excellent dosage en oméga 6 / oméga 3. Ce juste équilibre permet d'apporter ces 2 acides gras essentiels à notre organisme. Une cuillère à café d'huile de lin couvre la totalité des apports nutritionnels en oméga 3 conseillés.

Elle a un effet équilibrant sur le plan hormonal, en plus de renforcer et stimuler l'immunité.



Dans la cuisine : Cette huile fine s'utilise uniquement CRUE. *Pensez à varier vos huiles !*

Huile de lin et beauté : Pour avoir de jolis cheveux brillants et soigner certaines éruptions cutanées comme l'acné, le psoriasis ou l'eczéma. Elle traite aussi les engelures et les brûlures et contribue à cicatrisation des plaies.

Conservation : Notre bouteille opaque la protège de l'oxydation mais une fois entamée, il est conseillé de la conserver au frais et de la consommer dans les 3 mois.

POURQUOI L'HUILE DE LIN AVAIT-ELLE ETE INTERDITE ? Le principe d'extraction à chaud de l'huile de lin rendait ce produit fragile nocif. Aujourd'hui, grâce à une réglementation stricte et des produits pressés uniquement à froid, l'huile de lin est de nouveau autorisée à la vente depuis 2010.

Agriculture locale et circulaire : Nos tourteaux (résidus de la fabrication d'huile) servent à nourrir les cochons en plein air de la ferme Equilibre d'Espanes.