

BIOLOGISCHE INCA INCHI OLIE

Omega 3-rijke olie uit het Amazone regenwoud



Inca Inchi olie is een olie van koudgeperste Sacha Inchi zaden (*Plukenetia volubilis* L.). Het werd al geteeld tijdens het Inca Imperium, maar het gebruik raakte vergeten en de plant werd nog maar recent herontdekt in het Peruviaanse Amazone regenwoud.

Sacha Inchi is een klimstruik die van nature voorkomt in het Amazone regenwoud en die zaden produceert in de vorm van een ster. Elk zaad kan tot 6 kleine nootjes bevatten die extreem rijk zijn aan hoogkwalitatieve, voedzame plantaardige olie.

Door de snelle groei van de plant en de goede productiviteit (zaden kunnen elke 15 dagen geoogst worden gedurende het hele jaar), is het een belangrijke inkomstenbron voor de arme landbouwgemeenschappen in het Amazonegebied. Er werd een Amazoneproject opgericht om samen te werken met honderden kleine boeren om hen te ondersteunen en op te leiden in de biologische teelt van de planten. Ze krijgen eerlijke prijzen voor hun zaden zodat ze zeker zijn van een duurzame inkomstenbron.

Inca Inchi olie

De zaden worden gedurende enkele dagen gedroogd, waarna de "noten" uit de harde schaal gebroken kunnen worden. De noten moeten ook gepeld worden vooraleer ze geperst kunnen worden. Dus, een arbeidsintensieve procedure.

De noten worden koud geperst in een moderne, onder HACCP controle, fabriek van het Amazoneproject om een extra zuivere, gouden olie van hoogstaande kwaliteit te bekomen.

Inca Inchi olie heeft een aangenaam aroma en smaakt mild met een licht nootachtige toets.

Een rijke bron van essentiële vetzuren en natuurlijke antioxidanten

Inca Inchi olie zorgt voor een ideaal evenwicht tussen Omega 3 (48%), Omega 6 (36%) en Omega 9 (9%).

Inca Inchi olie bevat het basis Omega 3 vetzuur ALA (alfa-linoleenzuur) dat afhankelijk van onze behoefte door ons lichaam omgezet wordt in EPA en DHA.

Het is bekend dat ALA het cholesterolgehalte helpt verlagen en zelfs helpt om de schadelijke oxidatie van de LDL cholesterol te verlagen, waardoor de kans op aderverkalking vermindert. Omega 3 vetzuren hebben in het algemeen een gunstige invloed op onze hart en bloedvaten (ze houden het bloed vloeibaar en voorkomen het aaneenkleven van bloedplaatjes). Daarenboven zijn ze belangrijk voor de goede werking van onze hersenen.

Vanwege het hoge gehalte aan natuurlijke antioxidanten (vitamine A & E) is Inca Inchi olie bovendien de meest stabiele olie van alle plantaardige oliën rijk aan Omega 3. Chia heeft weinig vitamine A & E en lijnzaadolie bijna geen. Maar Omega 3-rijke oliën zijn sterk onverzadigd en hebben bijgevolg een bepaalde hoeveelheid antioxidanten nodig anders oxideren ze in ons lichaam.

Inca Inchi olie heeft voldoende vitamine A & E om de olie stabiel te houden en oxidatie van de Omega 3 vetzuren te voorkomen.

Inca Inchi olie versus visolie

Inca Inchi olie	Visolie
ALA dat door ons lichaam naargelang de behoefte omgezet wordt in EPA en DHA	EPA en DHA, soms overgedoseerd en niet evenwichtig
bevat geen cholesterol	bevat cholesterol
rijk aan antioxidanten en daardoor stabiel	heeft helemaal geen antioxidanten, er moeten conserveermiddelen toegevoegd worden
geteeld op een duurzame manier en met respect voor het milieu	bevat dikwijls zware metalen door de vervuiling van de zee
koud geperst en ongeraffineerd	dikwijls een lang proces van opwarming, extractie, raffinage; soms met oplosmiddelen
bevat 93% onverzadigde vetzuren en 7% verzadigde vetzuren	bevat 65% onverzadigde vetzuren en 35% verzadigde vetzuren
gemakkelijk verteerbaar	kan zure oprispingen, reflux en darmgassen veroorzaken
aangenaam aroma en lekkere smaak	dikwijls een sterk "vis" aroma en smaak

Biologisch gecertificeerde olie

Een 100% zuivere, koud geperste olie van superieure kwaliteit met een optimaal behoud van actieve bestanddelen. Het is een eerste (en enige) koude persing van Sacha Inchi zaden van biologische landbouw in het Peruviaanse Amazone regenwoud waar de planten gekweekt worden zonder pesticiden en met respect voor het milieu.

Het aanplanten van de kurkuma planten, de oogst, het persen van de zaden, het bottelen van de olie; de volledige keten staat onder controle en wordt gecertificeerd door een Europese biologische certificeerder die garant staat voor de kwaliteit en de biologische status volgens EU-wetgeving.

Ingrediënten:

Sacha Inchi (*Plukenetia volubilis* L.)*

(* van biologische landbouw controle door BE-BIO-01

Aanbevolen gebruik

Neem 1 soeplepel Inca Inchi olie per dag als een natuurlijke bron van Omega 3 of besprenkel er salades, soep, pasta, ... mee of gebruik de olie voor vinaigrettes, mayonaise.

Verwarm de olie niet om de heilzame stoffen (vitamines en essentiële vetzuren) van de olie te behouden.

Kan ook gebruikt worden als voedzame olie op lichaam en haar.

Bewaar op een donkere plaats, weg van licht en warmte.

Eens geopend, bij voorkeur binnen een maand consumeren.



- **extra virgin, eerste koude persing olie van uitzonderlijke kwaliteit**
- **eerlijk en duurzaam geoogst in het Peruviaanse Amazone regenwoud**
- **de stabielste plantaardige olie rijk aan Omega 3**
- **een bron van natuurlijke antioxidanten**
- **biologisch, rauw, veganistisch & glutenvrij**

Voedingswaarden	per 100 ml
Energie	900 kcal 3768 kJ
Vetten, waarvan	100 g
verzadigde	7 g
mono-onverzadigde	9 g
poly-onverzadigde	84 g
Koolhydraten, waarvan	0 g
suikers	0 g
Eiwitten	0 g
Zout	0 g
Vitamine A	565 µg (70,63% RI*)
Vitamine E	10 mg (83,33% RI*)
Omega 3	48 g
Omega 6	36 g
Omega 9	9 g

*RI = referentie inname