



Un huile pour enfants

On sait combien l'apport d'acide gras est important pour une alimentation équilibrée. Apport d'autant plus important chez les enfants, car il contribue à une bonne croissance. Impossible aujourd'hui de donner à nos enfants-rois de l'huile de morue à la cuillère. Autant intégrer leurs besoins en acide gras dans leur nourriture quotidienne. Parfum des Oliviers, par exemple, s'est consacré à cette question, et a créé pour les enfants l'huile 'Pépins de Jeunesse'. Un savant dosage de cinq huiles végétales (olive, carthame, colza, pépins de raisin, pépins de framboise) conçu pour les petits entre trois et neuf ans. Elle garantit 25% des apports journaliers en Oméga 3 et vitamine E nécessaires au développement cérébral de nos enfants. Depuis cet été, on la trouve dans certains magasins diététiques, pharmacies et parapharmacies. Cette huile au petit goût fruité, légèrement âcre, en fin de bouche, est à utiliser en assaisonnement uniquement, mais surtout à ne pas cuire. Elle peut se marier aux vinaigrettes, aux soupes, aux pâtes, aux viandes, aux poissons... Pour le moment, quatre des cinq huiles sont issues de l'agriculture biologique (dont deux de l'exploitation d'Emile Noel, cf. Ekwo # 20) et l'huile de pépins de framboise devrait être labellisé sous peu. Les adultes aussi peuvent la consommer et y retrouver les saveurs des huiles qui la composent mais la quantité d'oméga 3 et de vitamine E contenue dans cette huile est supérieure à leurs besoins. Parfum des Oliviers projette de créer une huile pour les adultes et pour les seniors, afin de répondre aux besoins de chaque génération.

Pépins de jeunesse: 250ml 8,90 € www.pepinsdejeunesse.com