

# OLIO VERGINE DI ZUCCA



L'olio vergine di zucca si estrae dai semi della Cucurbita Maxima (la zucca gialla), mediante spremitura a freddo. E' originario della Stiria, una regione del sud dell'Austria, dove è conosciuto come "Oro Nero" per via delle sue qualità e colore.

## Ingredienti

Olio Vergine di Zucca\*.\*Biologico

## Nutrizione

Quest'olio è ricco di beta-sitosteroli: steroli vegetali con composizione simile a estrogeni ed androgeni, in grado di favorire il benessere del sistema riproduttivo femminile e maschile.

## In Cucina:



L'olio vergine di zucca si può utilizzare per insaporire qualsiasi preparazione; si abbina molto bene alle verdure! In foto, i **rösti di zucca** preparati dalla nostra Giulia.

## Come si usa?

L'olio vergine di zucca ha gusto e colore intensi, risulta quindi adatto per condire zuppe, vellutate, o per insaporire piatti a base di verdure.

Nella cura della persona si utilizza per il trattamento delle irritazioni della pelle, viste le sue proprietà lenitive e ristrutturanti.

## Curiosità

Per creare un litro di semi di zucca, sono necessari circa 2,5 kg di semi. Per ottenere questa quantità di semi, sono necessarie da 30 a 35 zucche!

## Naturale o Tostato?

L'olio vergine di zucca può esser estratto dai semi "al naturale" o dai semi tostati: il risultato è un'olio dal colore più scuro e dal gusto deciso e intenso.