

初级压榨橄榄油



使用24小时内
摘取的鲜果
压榨

富含油酸，
可降低胆固醇，
适合喜欢高脂肪食物的人群

建议拌菜等
生食使用

葡萄籽油



抗氧化成分
维生素E·原
花青素

人体必须脂
肪酸·亚油酸，
可降低血液
中的胆固醇

耐高温适合
各种烹饪

焙炒芝麻油



焙炒芝麻
香气十足

含有丰富的
抗氧化功能
的维生素E

人体必须
脂肪酸·亚
油酸



加拿大黄道蟹 蟹肉

- ★高蛋白低脂肪
- ★肉质紧实口感微甜
- ★蟹肉是熟的，可开罐即食，也可以二次烹饪

推荐料理方法：蟹肉羹，土豆沙拉等



橄榄油浸金枪(吞拿)鱼

- ★金枪鱼富含DHA·EPA成分，此成分是人体无法生成
- ★金枪鱼要在深海里快速游泳，所以肉中脂肪含量低，优质蛋白含量高
- ★罐头味道清淡，讨厌鱼腥味的人也能接受

推荐料理方法：意式沙拉、意大利面等

