



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞI KULLANIRKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Zeytinyağı hassas bir üründür. Zeytinyağını saklandığınız kapları, şişelerin kapak ve tapalarını her kullanımdan sonra yıkarsanız, bulaşmış yağ atıklarının okside olması sonucu oluşan kötü kokunun kullanım sırasında zeytinyağına geçmemesini sağlarsınız.

Zeytinyağı için beyaz cam saklama kapları kullanıyorsanız direkt güneş ışığından uzak tutmalısınız.

Zeytinyağını mümkün olduğu ölçüde çığ tüketmelisiniz ki içinde bulunan sağlığa yararlı maddeler polifenoller, antioksidanlar ve E vitamini yağ ısıtılınca uçup gitmesin; zeytinyağının sağlık iksiri olma özelliği azalmasın.