

Huile de lin bio cultivée en Suisse

La couleur bleue des fleurs de lin nous séduit par son intensité, véritable miracle en bleu.

fraîchement pressée à froid
à chaque mois

il faut une tonne de graines
de lin pour produire environ
350 litres d'huile

arôme de pain
aux noisettes

riche en
acides gras oméga-3

100 % suisse

pour la cuisine froide



Chaque bouteille de notre huile de lin suisse porte la date de pressage.
Ainsi, vous avez la certitude d'acheter de l'huile fraîche.

biofarm

Lin doré flottant sur une mer bleue de fleurs

Utilisation

L'huile de lin Biofarm cultivée en Suisse se caractérise par son **arôme typique de pain aux noisettes**. Au contact de l'oxygène, **elle peut prendre un goût amer**.

L'huile de lin pressée à froid est **idéale pour la cuisine froide, mais ne convient pas pour la cuisson ou pour rôtir** les aliments. Il est préférable de ne pas la chauffer.

Deux cuillères à café d'huile de lin suffisent pour satisfaire nos besoins quotidiens en **acides gras oméga-3**. Les acides gras oméga-3 font partie des substances vitales essentielles. Leur effet positif sur les lipides sanguins, le cœur, la circulation sanguine, la vue et la concentration est prouvé.

Conservation

L'huile de lin est sensible et **ne devrait pas être exposée à chaleur, à la lumière ou à l'air**. C'est pourquoi nous recommandons de la conserver au réfrigérateur. Cela permet de retarder le processus qui la rend amère. De plus, les précieux acides gras oméga-3 sont mieux conservés.

Nous recommandons aux commerces qui ne disposent pas de réfrigérateur dans leur espace de vente, de ne mettre qu'une ou deux bouteilles sur les rayons et de garder le reste au frais. **Des bouteilles d'échantillons vides peuvent également être commandées gratuitement auprès de Biofarm comme espaces réservés.**

En raison de son bas point de fusion, l'huile de lin peut même être placée dans le compartiment de congélation du réfrigérateur, ce qui lui permet de garder sa fraîcheur et son arôme de noisette pendant plusieurs semaines. L'huile se conserve au minimum pendant 6 mois et doit être consommée dans les semaines qui suivent son ouverture.

Vous trouverez sur [biofarm.ch](https://www.biofarm.ch) des idées de recettes, comme le parfait à l'huile de lin.

