



04.02.2009 – 10:00 Uhr

De l'or en bouteille pour le coeur - Le conseil en alimentation de la Fondation Suisse de Cardiologie: l'huile de colza

Berne (ots) -

Il n'y a pratiquement pas d'organe qui soit aussi sensible à long terme que le coeur et les vaisseaux à ce que l'on mange. Le conseil de la Fondation Suisse de Cardiologie pour une alimentation saine pour le coeur est facile à suivre et très efficace: faire une place en cuisine à l'huile de colza.

Depuis des années, on entend dire que l'huile d'olive est l'un des emblèmes culinaires les plus importants d'un mode de vie sain. Il est en revanche moins connu qu'un partenaire local de valeur au moins égale à ce phénomène qui peut tout faire, avec son goût prononcé d'olive et son parfum qui donne la sensation de respirer un air de Méditerranée, est digne de figurer à ses côtés: il s'agit de l'huile de colza. L'huile de colza contient de nombreux acides gras insaturés et des vitamines, comme la vitamine E par exemple. C'est de l'or pur en bouteille pour le coeur et les vaisseaux sanguins, particulièrement en raison de son contenu important en précieux acide alpha-linolénique.

Le communiqué complet peut être consulté à:
www.swissheart.ch/medias

Contact:

Fondation Suisse de Cardiologie
Christa Bächtold
Responsable de la communication
Schwarztorstrasse 18
Case postale 368
3000 Berne 14
Tél.: +41/31/388'80'85
Fax: +41/31/388'80'88
E-Mail: baechtold@swissheart.ch
Internet: www.swissheart.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100011669/100577190> abgerufen werden.