

خواص ناشناخته روغن زیتون

به نقل از العالم، به گفته کارشناسان، هیدروکسی استرول موجود در روغن زیتون، از تاثیر منفی مصرف بی رویه روغن حیوانی می کاهد.



به نقل از العالم، به گفته کارشناسان، هیدروکسی استرول موجود در روغن زیتون، از تاثیر منفی مصرف بی رویه روغن حیوانی می کاهد. این ماده، خاصیت ضد اکسیده شدن دارد که برای ایمنی کبد، قلب و مغز مفید است. دانشمندان، این یافته ها را پس از آزمایش بر روی موش های آزمایشگاهی به دست آوردند. در این آزمایش، موش ها به 4 گروه تقسیم شدند و فقط به یک گروه از آن ها، غذایی حاوی روغن حیوانی زیاد به همراه روغن زیتون داده شد. آنگاه پس از 12 هفته، از خون این موش های آزمایشگاهی نمونه گیری شد. بر اساس نتیجه آزمایش، میزان کلسترول موجود در خون موش هایی که در رژیم غذایی آن ها از روغن زیتون استفاده شده بود، افزایش نیافت در حالی که در بقیه گروه ها، میزان کلسترول بالا رفت. کارشناسان بر این باورند که نتایج به دست آمده در این آزمایش، بر انسان نیز صدق می کند و به همین سبب دانشمندان، مصرف محصولات حاوی هیدروکسی استرول را توصیه می کنند.