

Utilisation des matières grasses

Utilisation à froid

Pour les sauces à salade ou autres assaisonnements :

- huile d'olive vierge ou extra vierge
- huile de colza
- huile de noix
- huile de lin
- huile de carthame



Utilisation à chaud

Pour saisir, sauter, rissoler, poêler ou frire :

- huile de colza HOLL
- huile de tournesol oléique (HO)

