

 Alicja Dusza, 2014-04-24 09:30

# Olej rzepakowy lepszy od oliwy z oliwek?



Thinkstock/GettyImages

Czy do sałatek powinniśmy stosować oliwę z oliwek, czy olej rzepakowy? Dietetycy są w tej sprawie podzieleni.

## **Czy do sałatek powinniśmy stosować oliwę z oliwek, czy olej rzepakowy? Dietetycy są w tej sprawie podzieleni.**

Tymczasem Krzysztof Krygiel ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego tłumaczy, że olej rzepakowy jest szczególnie korzystny dla Polaków ze względu na małe spożycie ryb.

Źródło: xnews

**Przeczytaj również:** [Lubisz słodczyce? Od tych nie przytyjesz](#)