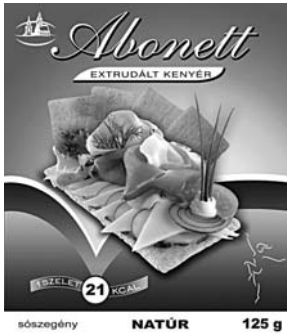


Szívbarát termékek 2007

Abonett extrudált kenyér



sószegény **NATÚR** 125 g

A hazai gyártású kenyerek (konyhasóból származó) nátriumtartalma olyan nagy, hogy napi 30 dkg kenyér elfogyasztásával fedezni tudjuk a szervezet napi szükségletét. A kis energiatartalmú Abonett extrudált kenyér sószegény termék, és kitűnően alkalmas a hagyományos kenyér alkalmankénti helyettesítésére. **1998** óta

viseli a Szívbarát megkülönböztető jelölést.

Gyártó: Újvilág Mezőgazdasági és Élelmiszer-ipari Szövetkezet, Abony, www.abonett.hu

Aranyfácán paradicsompüré



Az Aranyfácán paradicsomsűrítmény a megfelelően előkészített, érett paradicsom finoman áttört rostos levének besűrítésével, tartósítószer nélkül, hőkezeléssel készül, nátriumtartalma csekély. Az Aranyfácán sűrített paradicsom mind

összetételében, mind gyártási technológiája révén kielégíti a magas minőségi elvárásokat támasztó Szívbarát kritériumokat. **2001-ben** kapta meg először a Szívbarát minősítést, majd tulajdonosváltás miatt a szerződés elévült. **2006-ban** ismételt tanúsítás során feltételekkel elnyerte a védjegyet, az ehhez szükséges csomagolásváltás folyamatban van.

Gyártó: Aranyfácán Product Kft., Hatvan

www.aranyfacan.hu

Flora margarinok



A 2003-ban megújult Flora margarin zsírtartalma 60%. Megfelelő arányban tartalmazza az omega-3- és omega-6-zsírakat, amelyek rendszeres fogyasztása segít megelőzni az érlemezsedést és a szívkoronária-betegségeket. Optimális arányú a telített és telítetlen zsírsavtartalma, valamint az omega-3- és omega-6-zsírak aránya. A Flora margarin **1999-ben** előnyös zsírsavösszetétele és csekély nátriumtartalma miatt vált Szívbarát terméké.

Gyártó: Unilever Magyarország Kft., Budapest <http://flora.netrix.hu>

Flora light margarin



A Flora light kis zsírtartalmú (40%) margarin különböző növényi olajokból készül. Az omega-6- és az omega-3-zsírak aránya a termékben 7:1. A-, D-, E-, valamint B-vitaminokkal dúsított, nátriumtartalma mindössze 80 mg, transz-

zsírsav-tartalma 0,5% alatt van. Nagy telítetlenzsírsav-tartalma elősegíti a vér koleszterinszintjének csökkenését. Omega-3-zsír-tartalma javítja az erek rugalmasságát, könnyíti a véráramlást. Nagy folsav-, valamint B₆- és B₁₂-vitamintartalma elősegíti az erek és a keringési rendszer egészségének megőrzését. A Flora light margarin **2007-ben** nyerte el a Szívbarát védjegyet.

Gyártó: Unilever Magyarország Kft.

<http://flora.netrix.hu>

Flora majonéz



62,5% olajtartalma miatt a Flora majonéz nem tekinthető csökkentett zsír- vagy energiatartalmú majonéznek, de olajtartalma kisebb, mint a piacon lévő két vezető márkáé (65–70%). Repceolajból készül, amelynek telítettzsírsav-tartalma

mindössze 8%, bőségesen tartalmaz egyszeresen telítetlen és többszörösen telítetlen (főként omega-3) zsírakat. A konyhakész termékek kategóriájában kedvező zsírsavösszetétele és kis nátriumtartalma miatt **2005-ben** nyert Szívbarát védjegyet.

Gyártó: Unilever Magyarország Kft.

<http://flora.netrix.hu>

Fortunate hántolt árpa, zabpehely és zabkorpa



A teljes őrlésű, azaz a héjrészt is tartalmazó gabonakészítmények fontos ételmirost-forrásaink. A vízben oldódó ételmi rostok segítik a bélmozgást gyors ürülését, hátráltatják a zsírok, szénhidrátok felszívódását. A zabpehelynek és a zabkorpának különösen vízoldható rosttartalma nagy. A hántolt árpa kitűnően helyettesítheti a rizst egyes ételekben. A – hozzáadott cukrot és konyhasót nem tartalmazó – Fortunate termékek elsősorban nagy ételmirost-tartalmuk miatt érdemelték ki a Szívbarát minősítést **1999-ben**.

Gyártó: Fortunate Kereskedelmi Kft., Lajosmizse www.fortunate.hu

Gyorsfagyasztott balatoni busafilé



A gyorsfagyasztott busafilé energiatartalma csekély (94 kcal), fehérjetartalma 16–18%. Zsírtartalma is kevés, s közel 20% többszörösen telítetlen zsírsavat tartalmaz, amelyből 11% omega-3-zsír-sav. Telített zsírsavainak aránya 30%-nál kisebb (az összes zsírsav százalékában). Nátriumtartalma is kicsi, s természetesen semmiféle adalékanyagot, tartósítószeret nem használnak fel a feldolgozás során. A gyorsfagyasztott balatoni busafilé **2004-ben** nyerte el a Szívbarát védjegyet.

Gyártó: Balatoni Halászati Zrt., Siófok
www.balatonihalaszat.hu

Nobilis almaszirmok



A Nobilis almaszirmok gondosan válogatott almából (Jonatán, Starking illetve Golden delicious) készülnek. A kíméletes szárítás folyamán nedvességtartalmuk nagy részét elveszítik, de megőrzik a friss gyümölcsre jellemző íz- és zamatanyagokat. Az almaszirmok cukor, egyéb édesítőszer, konyhasó, aromák és zsiradék hozzáadása nélkül készülnek, és koncentráltan tartalmazzák az alma természetes alapanyagait. Az almaszirom gazdag vitamín-garnitúrájú, kedvező élettani hatású alternatíva a korszerű táplálkozás iránt elkötelezett fogyasztók számára. Élelmirost-tartalma (pektin) segíti az emésztést és csökkenti az éhségérzetet, kiváló étrendi hatású. Fenti tulajdonságai miatt **2005-ben** mindhárom Nobilis almaszirom Szívbarát minősítést kapott.

Gyártó: Nobilis Zrt., Mátészalka, www.nobilis.hu

Okos Tojás



A tojók speciális, de természetes takarmányozásával sikerült elérni, hogy a baromfi húsa és tojása – valamennyi eredeti jó tulajdonsága mellett – tartalmazza az emberi szervezet számára nélkülözhetetlen omega-3-zsír-savmennyiséget, valamint az antioxidáns hatású E-vitamint. Az Okos Tojás harmincszor annyi omega-3-zsír-savat és ötször annyi E-vitamint tartalmaz, mint egy tyúktojás, az omega-3- és az omega-6-zsír-savak aránya pedig megközelíti az optimálist. Bár zsírsavösszetétele sokkal kedvezőbb, energiatartalma, összes zsírtartalma és koleszterintartalma megegyezik a hagyományos tojásáéval. Az Okos Tojás **2004-ben** kapta meg a Szívbarát minősítést.

Gyártó: Europharma Hungária Kft., Budapest
www.europharma-hungaria.hu

Olajessimo étolaj



Az omega-3-zsír-savak és származékaik (EPA, DHA) fontos szerepet játszanak a szív-ér rendszeri betegségek megelőzésében, sőt terápiájában is, mivel csökkentik a vér koleszterin- és trigliceridszintjét. Táplálkozásunkkal omega-3-zsír-savszükségletünk mindössze 10 százalékát fedezzük, míg az omega-6-zsír-savakból a szükséges mennyiség 20–30-szorosát is felvesszük. Az Olajessimo esszenciális zsírsavösszetétele lehetővé teszi az omega-3- és omega-6-zsír-savak kedvező arányú (1:1) felvételét, sőt, kiemelkedően magas az olajsavtartalma (min. 70%) is. Kellemes illatú, aranysárga színű, egyaránt használható hidegen, salátaolajként, öntetek készítésére és főzésre, sütésre is (max. 170 °C-ra hevítve). **2006-ban** nyert Szívbarát védjegyet.

Gyártó: Europharma Hungária Kft., Budapest
www.europharma-hungaria.hu

Vita korpás kenyér és zsemle



Táplálkozásunk alapját a gabonatermékek alkotják. Nem mindegy, hogy a napi 5–9 egységnyi gabonaféléből összeválogatott táplálékunkat milyen alapanyagokból készítjük. A teljes őrlésű lisztből készült gabonatermékek fogyasztása növeli a rostbevittelt. A gabonafélék emellett kitűnő vitamin- és ásványianyag-források (E-, B₁-, B₂-, B₆-vitamin, kálium, magnézium, kalcium). A Vita korpás kenyér és zsemle nátriumtartalma lényegesen kisebb a kritériumként meghatározott 400 mg/100 g mennyiségnél, és élelmirost-tartalma több, mint az 5 g/100 g-os ajánlott érték. A Vita korpás zsemle és kenyér **2000 óta** Szívbarát termék.

Gyártó: Vita-Sütő Kft., Komárom

Vivien természetes ásványvíz



A természetes ásványvizek összes ásványianyag-tartalma tág határok – 500 és 4600 mg/l – között változik. Speciális helyük van az ásványvizek piacán a kis ásványisó-tartalmú vizeknek. A Vivien természetes ásványvíz üde, kellemes ízű, enyhén lúgos kémhatású, összes ásványianyag-tartalma 620 mg/l, kalciumtartalma optimális (69 mg/l). Nemcsak az egészséges felnőttek, hanem kisgyermek, csecsemők, különösen szív-ér rendszeri betegek számára ajánlott. Kis nátrium- (4 mg/l), nagy magnézium- (51 mg/l) és kiegyensúlyozott ásványianyag-tartalmának köszönhetően **2002-ben** a magyarországi ásványvizek közül elsőként érdemelte ki a Szívbarát védjegyet.

Gyártó: Vivien Zrt., Bicske, www.vivien.hu