Десять причин включить сливочное масло «Золотые луга» в свой ежедневный рацион

Сливочное масло – полезный продукт, который при разумном употреблении приносит неоценимую пользу для организма. Оно является источником витаминов, а также жирных кислот Омега-3 и Омега-6. Эти микроэлементы замедляют старение, защищают от ультрафиолета, стимулируют рост волос, укрепляют ногти и кости.

Так, натуральное сливочное масло содержит витамины А, В, С, D, Е, которые важны для здоровья и красоты волос и кожных покровов. При ежедневном употреблении масла можно забыть о сухости и тусклости волос, о стянутой и обвисшей коже.

У многих масло ассоциируется с избытком холестерина, однако это не совсем верно. Именно сливочное масло уменьшает вред продуктов, которые напрямую повышают холестерин в крови. Кроме того, в этом продукте содержатся ненасыщенные жиры, которые поддерживают эластичность и тонус кровеносных сосудов.

В сливочном масле содержатся гликосфинголипиды, которые защищают кишечник от инфекций. Витамин А поможет заживить раны и снять воспаление. К тому же сливочное масло выступает в качестве естественной смазки, обволакивая стенки желудка.

Как и любой животный жир, поступающий в организм с едой, масло дает дополнительную энергию и тепло. Чтобы не навредить фигуре, необходимо ограничить его количество. В сутки взрослому человеку положено съедать около 20 г сливочного масла в день: это кусочек масла в каше за завтраком или один-два бутерброда.

Витамин D обладает целым спектром полезных свойств, в числе которых улучшение настроения, памяти, концентрации внимания, сна.

Кислота Омега-6 стимулирует работу головного мозга, а триптофан, содержащийся в молочном жире, способствует выработке серотонина.

Молочные жиры также участвуют в обновлении клеток мозга, ускоряют мыслительные процессы, поэтому масло особенно полезно для школьников и тех, кто занят умственным трудом.

Также важно знать, что сливочное масло обладает уникальными свойствами для защиты дыхательных путей, что немаловажно в условиях пандемии коронавируса. Этот продукт помогает быстрее восстановиться легким при поражении различными заболеваниями. Все дело в том, что каждая альвеола в легких покрыта “смазочным” веществом — сурфактантом,

которое не позволяет альвеоле слепляться при выдохе. Сурфактант имеет сложный химический состав, но 90% этого вещества составляют именно жиры. Кстати, именно маслом в народной медицине лечили туберкулез и другие легочные болезни.

Однако полезными качествами будет обладать лишь продукт, который не содержит консервантов, соевых или других растительных добавок, заменителей молочного жира. Полностью натуральный состав можно найти в масле торговой марки «Золотые луга». Оно производится на Молочном комбинате “Ситниковский”, это филиал АО “Золотые луга” – одного из крупнейших производителей молочной продукции в Сибири и на Урале.

Для производства сливочного масла берут сливки, полученные путем сепарирования натурального сырого молока. На производстве используется ультрасовременное, многофункциональное оборудование с расширенными возможностями, в том числе оборудование для очистки молока-сырья от посторонней микрофлоры. На всех этапах технологического процесса сотрудники лаборатории проводят отслеживание по физико-химическим и микробиологическим показателям. А полностью автоматизированные закрытые линии исключают попадание в продукт веществ из внешней среды, даже микроскопических.

«Золотые луга» производит масло жирностью 72.5% и 82,5%. Данные продукты становились Лауреатами конкурса “100 лучших товаров России” на протяжении более 10 лет, имеют многочисленные награды других конкурсов, фестивалей, выставок федерального масштаба.

АО “Золотые луга” основано в 1998 году. Молочная продукция компании производится только из натурального молока. Все сырье проходит строгий контроль качества и своевременно охлаждается, поэтому соответствует всем современным требованиям к производству молочной продукции. Четкий контроль температурного режима ведется на всей цепочке от поставщиков молока до точек продаж, включая каждый грузовой автомобиль.

Компания “Золотые луга” автоматизировала логистику на базе системы WMS для 1С, функционал которой был адаптирован под особенности предприятия. Благодаря автоматизации, продукция хранится в ячейках, а не хаотично, оптимизированы время и маршрут комплектовщиков при сборке заказа, выстроена ротация по видам продукции и срокам.