



Sponser MCT Oil bouteille de 500ml



SPONSER® MCT OIL est une huile liquide, au goût neutre, à base de graisse de coco. Elle est idéale pour tous ceux qui se nourrissent selon les principes low carb, paléo ou cétogène. En outre, elle s'utilise avantageusement dans le cadre du jeûne par intervalles et comme source d'énergie alternative dans les sports d'endurance.

CHF 25.00

- huile de coco de haute qualité en C8 et C10
- neutre au niveau du goût et de l'odeur
- idéale pour l'alimentation low carb, paléo et cétogène
- convient pour le jeûne par intervalles
- énergie rapidement disponible, indépendamment du métabolisme des glucides

SPONSER® MCT OIL est composé d'acides gras à chaîne moyenne, faciles à digérer (appelés Medium Chain Triglycerides), qui sont extraits de la noix de coco, où ils sont naturellement présents en grande quantité. MCT OIL a un goût neutre, est purement végétal et se compose d'un mélange de deux acides gras : 60% d'acide caprylique (C8) et 40% d'acide caprique (C10).

Le métabolisme des acides gras à chaîne moyenne (MCT) diffère nettement de celui des acides gras à chaîne longue. Les AGTM sont transformés en corps cétoniques dans le foie et utilisés comme source d'énergie rapide et alternative. Les corps cétoniques sont des molécules relativement petites et sont capables de traverser la barrière hémato-encéphalique. Ils peuvent donc être utilisés comme source d'énergie alternative dans le cerveau. Outre leur utilisation rapide dans le cerveau, les MCT présentent l'avantage d'être des graisses qui n'ont que peu ou pas d'effet sur le taux de glycémie et donc sur la



sécrétion d'insuline. Les acides gras à chaîne moyenne, faciles à digérer, ne sont pas stockés sous forme de réserves de graisse, mais sont directement utilisés par le corps comme source d'énergie.

Avantages :

Pour que les huiles MCT aient l'effet décrit ci-dessus, il faut veiller à ce qu'elles soient de haute qualité. MCT OIL de SPONSER® se compose exclusivement de graisse de coco, qui coordonne et renforce de manière optimale les avantages et les propriétés de l'acide caprylique (C8) et de l'acide caprique (C10). MCT OIL est sans goût et sans odeur, végétalien, sans lactose, sans gluten et sans huile de palme et ne contient pas de conservateurs ni de colorants artificiels.

Utilisation :

Dans le sport: prise avant ou après l'entraînement comme source d'énergie, par exemple en combinaison avec un shake de protéines.

Dans le café: comme ajout dans le café, idéalement le matin à jeun. En combinaison avec la caféine, les consommateurs rapportent également une capacité de concentration accrue après la prise d'huile MCT.

En accompagnement: en tant qu'ajout ou garniture dans les smoothies, la sauce à salade, le yaourt, etc.

Recommandation d'apport :

1-2 cuillères à soupe par jour. Selon la tolérance individuelle, commencer par un demi-dosage et augmenter progressivement. Les huiles MCT sont habituellement sensibles à la chaleur et ne conviennent donc pas pour la cuisson.

Unité d'emballage : bouteille de 500ml