



Les oméga 3 sont des gras dits «essentiels» parce qu'ils ne sont pas fabriqués naturellement par notre corps. Il y a deux types d'oméga 3: origine marine ou végétale. Ces gras sont nécessaires pour le développement et le bon fonctionnement de notre organisme; ils doivent donc sans contredit provenir de notre alimentation. Les oméga 3 sont de bons gras pour la santé. Ils ont des effets positifs sur la santé cardiovasculaire. Le gras de canard est un excellent gras pour cuisiner. Il est à mi-chemin entre le beurre et l'huile d'olive. L'ajout de lin dans l'alimentation de nos canards permet d'offrir 3,2 g d'oméga 3 par 100 g de viande. Pour en connaître davantage sur les omégas 3, visitez notre site web.

*Source polyinsaturée. Oméga 3*