






W tym numerze:

-  Za nami kampania ze spotem edukacyjnym s. 1
-  „Rzepak na talerzu” s. 2
-  Notowania s. 3-4

**Polskie Stowarzyszenie
Producentów Oleju**

ul. Wspólna 56
00-684 Warszawa
tel.: 22 628 38 06
fax.: 22 628 38 09

e-mail: biuro@pspo.com.pl

www.pspo.com.pl



Za nami kampania ze spotem edukacyjnym

W okresie kwitnienia rzepaku zrealizowaliśmy kampanię pt. „Olej rzepakowy rządzi”, która polegała na emisji spotu edukacyjnego.

Spot został wyemitowany 4,763 mln razy. Wyniki obecnej kampanii pokazują, że taka komunikacja ma

bardzo duży potencjał w kanałach video i temat cieszy się zainteresowaniem. Stworzony materiał ma potencjał do tego aby wykorzystać go ponownie.

Zapraszamy do obejrzenia spotu, który jest dostępny na stronie: <http://www.pspo.com.pl/361,Za-nami-kampania-ze-spotem-edukacyjnym,aktualnosci.html>



Źródło: PSPO



„Rzepak na talerzu”

We współpracy z influencerami stworzyliśmy przepisnik pełen propozycji potraw z wykorzystaniem oleju rzepakowego.

W publikacji znajdziecie Państwo autorskie przepisy zarówno na śniadania, obiady, lunchy i przekąski, jak i desery oraz garść wiedzy na temat właściwości oleju rzepakowego. Przepisnik jest dostępny w wersji elektronicznej za darmo do pobrania na stronie PSPO, jak i w nakładzie 5 tys. egzemplarzy zostanie rozdane na wybranych wydarzeniach.

Zapraszamy do pobrania publikacji i wypróbowania pysznych przepisów w zaciszu swojej kuchni!

Link do publikacji:

<http://www.pspo.com.pl/publications/4d093aed33998f7b63c0aa1bd6ea11709d488d5c.pdf>

Źródło: PSPO



CHRUPIAĆCE KĄSKI A'LA KFC



SKŁADNIKI

ok. 400 g filetu z karczaka
po ½ łyżeczki soli,
pieprzu, chili, słodkiej
papryki

CIASTO

80 g jajko
80 ml mleka
½ szkl. mąki pszennej
po ½ łyżeczki soli,
pieprzu, chili, słodkiej
papryki, imbiru

DODATKOWO

1 szkl. mąki pszennej
2 łyżki mąki kukurydzianej
olej rzepakowy
do smażenia

WYKONANIE

Filet pokroić i zamarynować
w przyprawach. Jajko, mleko, mąkę
i przyprawy zblendować. Zalać mięso.

Do osobnej miski przesiać obie mąki.
Wkładać filety po kawałku i potrażać
miską tak, aby każdy kawałek był
dobrze obtoczony mąką.

W rondlu rozgrzać olej rzepakowy.
Wkładać po kilka kawałków i smażyć
na wolnym ogniu przez kilka minut.

SŁÓW KILKA O OLEJU RZEPAKOWYM

OLEJ RZEPAKOWY GOŚCI W NIEMAL KAŻDEJ POLSKIEJ KUCHNI. ZAZWYCZAJ UŻYWAMY GO DO SMAŻENIA – I SŁUSZNIE – ALE GDY PRZYZRZYMYSZ MU SIĘ BLIŻEJ, ODKRYJEMY ZNACZNIE WIĘCEJ MOŻLIWOŚCI, NIE TYLKO JEJEGO WYKORZYSTANIA, LECZ I WARTOŚCI, JAKIE NIESIE DLA NASZEGO ZDROWIA.

CENNE KWASY NIENASYCONE

Olej rzepakowy zaliczany jest do najcenniejszych tłuszczów, przede wszystkim ze względu na wysoki poziom (ok. 90%) wartościowych nienasyconych kwasów tłuszczowych: alfa-linolenowego (omega-3), linolenowego (omega-6) oraz oleinowego (omega-9). Ponieważ organizm ludzki nie wytwarza tych kwasów, a są one niezbędne do jego prawidłowego funkcjonowania, powinny być dostarczane z pożywieniem. 2 łyżki oleju rzepakowego dziennie pokrywają w 100% zapotrzebowanie na kwas alfa-linolenowy z rodziny omega-3.

Warto wiedzieć, że olej rzepakowy zawiera aż 10 razy więcej omega-3 niż oliwa z oliwek, 13 razy więcej niż olej słonecznikowy i aż 40 razy więcej niż olej z pestek winogron. Kwasy te są tak ważne dla zdrowia, gdyż sprzyjają profilaktyce i leczeniu chorób układu krążenia, zapobieganiu cukrzycy, mają działanie przeciwzapalne, utrzymują dobrą kondycję skóry, a także wpływają na prawidłową pracę mózgu i wzroku.

Co również korzystne dla zdrowia to proporcja kwasów omega-6 do omega-3, która w oleju rzepakowym wynosi 2:1. Żaden z olejów roślinnych nie może pochwalić się tak idealnym stosunkiem tych kwasów. Dla porównania proporcje te wynoszą: w oliwie z oliwek 9:1, a w oleju słonecznikowym 136:1.





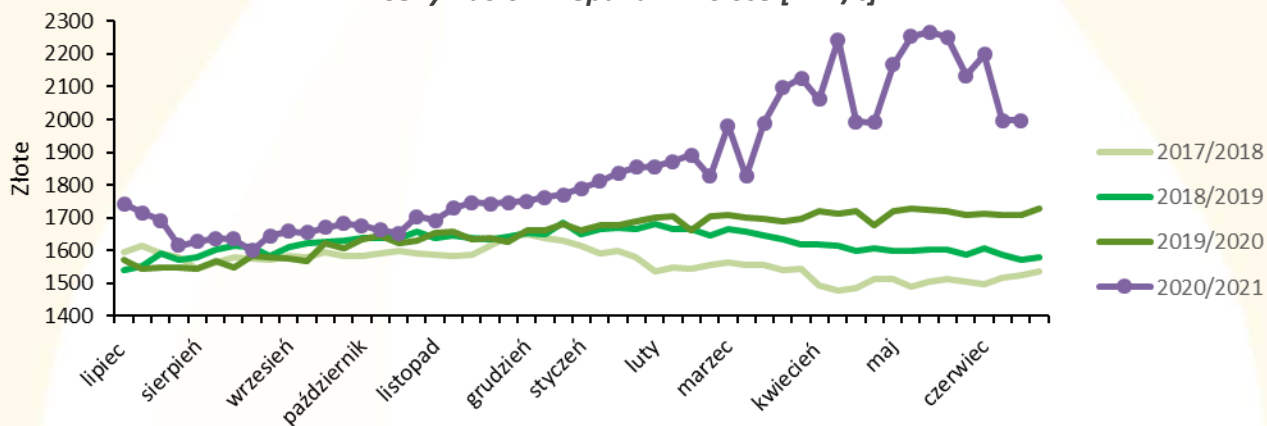
Notowania

Średnie ceny produktów rzepakowych w Polsce 14.VI.–20.VI 2021

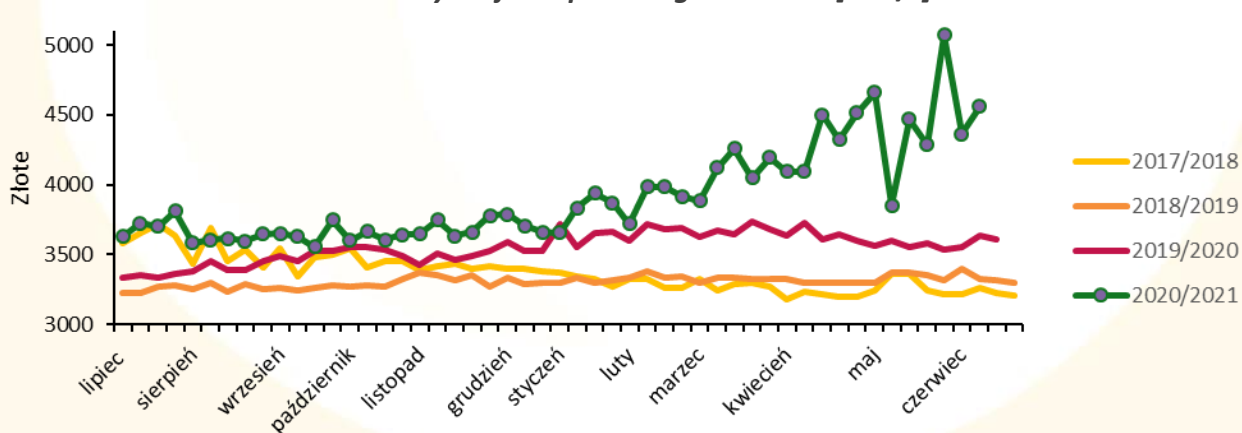
Wg MRiRW

Produkt	Cena netto [PLN/t]	Zmiana roczna [%]
Nasiona rzepaku	1 998	17,0
Olej rafinowany	4 559	28,4
Śruta	1 159	17,2
Makuch	1 505	45,8

Ceny nasion rzepaku w Polsce [PLN/t]



Ceny oleju rzepakowego w Polsce [PLN/t]





Oil Express

nr 114(II)/2021

30 czerwca

2021



Notowania

SKUP nasion rzepaku

Wg MRIRW (tys. ton)

Okres	Ilość
Sezon 2017/2018	2272
Sezon 2018/2019	2158
Sezon 2019/2020	2584
Maj '2021	66,05

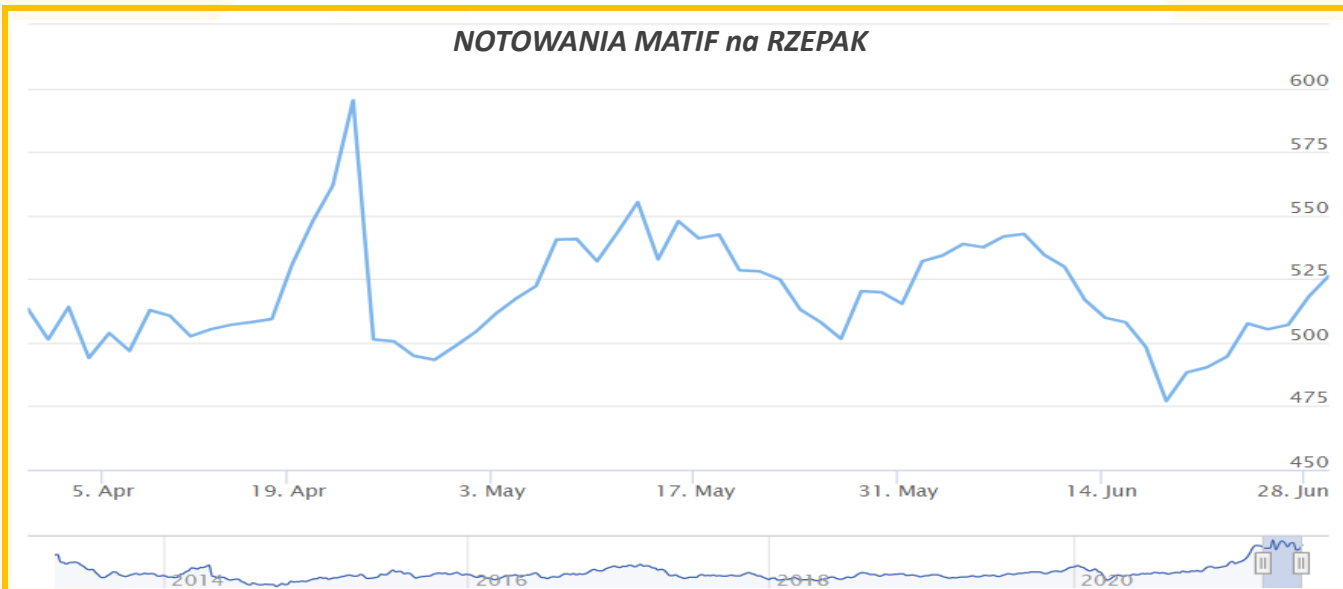
Notowania MATIF na rzepak (FOB)

z dn. 29.VI.2021

Wg Euronext

Dostawa	Cena [Euro/t]	Kurs EUR [PLN] (NBP)	Cena [PLN/t]
Sierpień'21	526.25	4,5123	2 374,60
Listopad'21	524.25		2 365,57
Luty'22	517.75		2 336,24
Maj'22	514.75		2 322,71

NOTOWANIA MATIF na RZEPAK



Źródło: ZMP.de

REDAKCJA: Dominika Dach

POLSKIE STOWARZYSZENIE PODUCENTÓW OLEJU

ul. Wspólna 56
00-684 Warszawa