

Titulek: Na trhu se před Vánocemi objeví kapr s příznivým vlivem na srdce
Datum vydání: 11.12.2012 **Čas vydání:** 13:21 **ID:** T201212110426501
Servis: dcb **Priorita:** 4 **Kategorie:** zdr; zem; obo; sko

Na trhu se před Vánocemi objeví kapr s příznivým vlivem na srdce

Ke zpravodajství: AUDIO

České Budějovice 11. prosince (ČTK) - Poprvé si letos mohou lidé před Vánocemi koupit kapra s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejímuž chovu se věnuje Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění. Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin bude k dostání na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné. Novinářům to dnes řekl ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského a hydrobiologického Pavel Kozák.

"Na trh se v letošní předvánoční premiéře dostane přes 100 metrů těchto ryb," uvedl. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získá ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko. Ryba, jejímuž výzkumu a chovu se ve Vodňanech věnují pět let, bude v porovnání s běžným kaprem zhruba o 15 procent dražší. "Počítáme, že cena za jeden kilogram se bude pohybovat mezi 80 a 85 korunami," řekl Kozák.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami prokázal v posledních dvou letech výzkum. Na něm Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Výzkum spočíval v tom, že dobrovolní pacienti, kteří se po operaci srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, čtyři týdny konzumovali kapra s vyšším podílem omega tři mastných kyselin. "V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve," řekl výzkumný pracovník Fakulty rybářství a ochrany vod Jan Mráz.

Podle něj však záleží i na správném postupu při

zpracování kapra. "Nejlepší je připravovat ječ na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia," uvedl Mráz.

Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních onemocnění a snižují krevní tlak.

Marek Bílek hj

Titulek: Na trhu se před Vánocemi objeví kapr s příznivým vlivem na srdce

Klíčová slova:

Datum vydání: 11.12.2012 **Čas vydání:** 13:21 **ID:** T201212110426501

Servis: dcb **Priorita:** 4 **Kategorie:** zdr; zem; obo; sko

Na trhu se před Vánocemi objeví kapr s příznivým vlivem na

Ke zpravodajství: AUDIO

České Budějovice 11. prosince (ČTK) - Poprvé si letos kapra s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejíž rybníkářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na kardiovaskulárních onemocnění. Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 dostane na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích a dalších městech. To dnes řekl ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského Kozák.

"Na trh se v letošní předvánoční premiéře dostane přes 100 kilogramů. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získá ze speciálně vybraných řepkové výlisky a lněné semínko. Ryba, jejíž výzkumu a ochrany vod, bude v porovnání s běžným kaprem zhruba o 15 procent dražší. Jeden kilogram se bude pohybovat mezi 80 a 85 korunami," řekl Kozák.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami byl prokázán v letech 2008-2010 výzkumem. Na něm Fakulta rybníkářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Výzkum byl proveden na dobrovolných pacientech, kteří se po operaci srdce zotavovali. Ti, kteří konzumovali kapra s vyšším podílem omega 3 mastných kyselin, měli nižší riziko vzniku srdečních onemocnění.

pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za tu dobu parametrů tukového spektra krve," řekl výzkumný pracovník Jan Mráz.

Podle něj však záleží i na správném postupu při zpracování připravovat je na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryb uvedl Mráz.

Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snad zabráňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem dege krevní tlak.

Marek Bílek hj

Titulek: Čeští rybáři vyšlechtili léčivého kapra

Datum vydání: 12.12.2012

Zdroj: Blesk **Autor:** (hra)

Rubrika: Čechy - aktuality **Strana:** 7 **ID:** BL2012121206038582

Čeští rybáři vyšlechtili léčivého [kapra](#) každý Dobrá zpráva pro kardiaky. Na štědrovečerní by stůl si mohou dopřát [kapra](#), který léčí. Rybu s větším obsahem omega-3 mastných kyselin vyšlechtili vědci z [fakulty](#) rybářství a ochrany vod v Českých Budějovicích.

JIŽNÍ ČECHY - Na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné bude poprvé v Česku k dostání speciální [kapr](#), který má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění. „Kilogram vyjde na 80 až 85 Kč," řekl ředitel Výzkumného ústavu rybářského ve Vodňanech Pavel Kozák Léčebný vliv kapřího masa s vyšším obsahem omega-3 mastných kyselin prokázal v minulých letech výzkum pacientů, kteří se po operaci srdce zotavovali v lázních a maso těchto ryb dostávali k obědu. Měli lepší zdravotní výsledky než pacienti s klasickou dietou.

Foto popis|

Regionální mutace| Blesk - Čechy

Titulek: Novinka Vánoc – omega tři kapr
Datum vydání: 12.12.2012
Zdroj: Právo **Autor:** (orh)
Rubrika: Zpravodajství **Strana:** 4 **ID:** PR2012121206169178

Novinka Vánoc – omega tři [kapr](#)

Příznivci rybích pochoutek si mohou na Vánoce koupit i tzv. omega tři [kapra](#), který má blahodárný vliv na kardiovaskulární onemocnění. Patent na něj vlastní [Fakulta](#) rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity. Před Vánocemi se objeví v prodeji v Praze a v Českých Budějovicích.

[Kapr](#) nese název podle omega – 3 mastných kyselin, které jsou složkou potravy kladně působící na zdraví lidí. Vědci z [Fakulty](#) rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity vyvinuli technologii chovu se zvýšeným obsahem právě těchto kyselin, jeho prospěšnost potvrdil i Institut klinické a experimentální medicíny.

Kilo za 80 až 85 korun

[Fakulta](#) rozjela ve spolupráci se společností Blatenská ryba chov tohoto [kapra](#) v letošním roce naplno a celkem půjde do prodeje sto metráků. „Část produkce půjde na Vánoce do Prahy, kde bude k dostání na čtyřech místech: u stanice metra Flóra, u obchodního domu Centrum na Spořilově, před Metropolí Zličín a na Strossmayerově náměstí. Další prodejny budou v českobudějovické Husově ulici a ve Vodňanech,“ vysvětlil Mráz. Kilo tohoto [kapra](#) bude stát mezi 80 a 85 korunami.

Také kilo běžného [kapra](#) stojí před letošními Vánocemi mezi 80 až 90 Kč za kilogram.

Podobné ceny má i největší producent ryb na jihu Čech společnost Rybářství Třeboň, která prodává běžné vánoční [kapry](#) za 77 a 87 korun za kilogram. „Oproti loňsku je to minimální nárůst asi o čtyři koruny. Celkem bychom chtěli vyexpedovat 16 tisíc

metráků ryb,“ sdělil Právu předseda představenstva Rybářství Třeboň Jan Hůda.

Titulek: »Speciální« kapr bude dražší
Datum vydání: 13.12.2012
Zdroj: Haló noviny **Autor:** (rad)
Rubrika: Z domova **Strana:** 3 **ID:** HA2012121306029802

»Speciální« [kapr](#) bude dražší
Poprvé si letos mohou lidé před Vánocemi koupit [kapra](#) s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejímuž chovu se věnuje [Fakulta](#) rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění.

[Kapr](#) se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin bude k dostání na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné. Novinářům to řekl ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského a hydrobiologického Pavel Kozák.

»Na trh se v letošní předvánoční premiéře dostane přes 100 metráků těchto ryb,« uvedl. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin [kapr](#) získá ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko. Ryba, jejímuž výzkumu a chovu se ve Vodňanech věnují pět let, bude v porovnání s běžným [kaprem](#) zhruba o 15 procent dražší. »Počítáme, že cena za jeden kilogram se bude pohybovat mezi 80 a 85 Kč,« řekl Kozák. Pozitivní vliv na zdraví [kapra](#) s omega 3 mastnými kyselinami prokázal v posledních dvou letech výzkum. Na něm [fakulta](#) rybářství a ochrany vod spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Výzkum spočíval v tom, že dobrovolní pacienti, kteří se po operaci srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, čtyři týdny konzumovali [kapra](#) s vyšším podílem omega 3 mastných kyselin. »V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za

tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve,« řekl výzkumný pracovník [fakulty](#) rybářství Jan Mráz. Podle něj však záleží i na správném postupu při zpracování [kapra](#). »Nejlepší je připravovat je na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia,« uvedl Mráz. Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních onemocnění a snižují krevní tlak.

TÝDEN.CZ

Zdraví pod stromečkem

Chcete kapra zdravého pro srdce? Letos bude poprvé k dostání



11.12.2012 14:50

Poprvé si letos mohou lidé před Vánocemi koupit kapra s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejímuž chovu se věnuje

Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění. Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin bude k dostání v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné.

"Na trh se v předvánoční premiéře dostane přes sto metráků těchto ryb," uvedl ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského a hydrobiologického Pavel Kozák. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získá ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko. Ryba, jejímuž výzkumu a chovu se ve Vodňanech věnují pět let, bude v porovnání s běžným kaprem zhruba o 15 procent dražší. "Počítáme, že cena za jeden kilogram se bude pohybovat mezi 80 a 85 korunami," řekl Kozák.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami prokázal v posledních dvou letech výzkum, na kterém fakulta spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Dobrovolníci, kteří se po operaci srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, v rámci výzkumu po čtyři týdny konzumovali kapra s vyšším podílem omega tři mastných kyselin. "V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve," řekl výzkumný pracovník fakulty rybářství Jan Mráz.

Podle něj však záleží i na správném postupu při zpracování kapra. "Nejlepší je připravovat jej na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia," uvedl. Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních onemocnění a snižují krevní tlak.

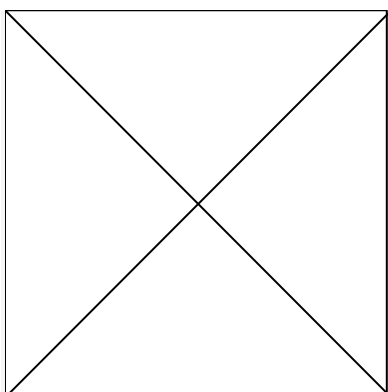
Na trhu se před Vánoce objeví léčebný kapr: Dobrý bude na srdce



11. prosince 2012 | 13:38

 Sdílet

Na pulty se před letošními Vánocemi dostane speciálně vyšlechtěný léčebný kapr. Je to radostná zpráva pro milovníky kaprů, ale především pro lidi, kteří mají problémy se srdcem.



Poprvé si letos mohou lidé před Vánocemi koupit kapra s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejímuž chovu se věnuje Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění. Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin

bude k dostání na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné. Novinářům to dnes řekl ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského a hydrobiologického Pavel Kozák.

"Na trh se v letošní předvánoční premiéře dostane přes 100 metrů těchto ryb," uvedl. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získá ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko. Ryba, jejímuž výzkumu a chovu se ve Vodňanech věnují pět let, bude v porovnání s běžným kaprem zhruba o 15 procent dražší. "Počítáme, že cena za jeden kilogram se bude pohybovat mezi 80 a 85 korunami," řekl Kozák.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami prokázal v posledních dvou letech výzkum. Na něm Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Výzkum spočíval v tom, že dobrovolní pacienti, kteří se po [operaci](#) srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, čtyři týdny konzumovali kapra s vyšším podílem omega tři mastných kyselin. "V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve," řekl výzkumný pracovník Fakulty rybářství a ochrany vod Jan Mráz.

Podle něj však záleží i na správném postupu při zpracování kapra. "Nejlepší je připravovat jej na řepkovém oleji a při

teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia," uvedl Mráz.

Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních onemocnění a snižují krevní tlak.

Autor: ČTK



deník.cz

Na trhu se objevil kapr s příznivým vlivem na srdce



Kapr nejen na vánoční stůl. Ilustrační snímek. Autor: DENÍK

25.12.2012 01:34

České Budějovice – Poprvé si letos mohli lidé před Vánocemi koupit kapra s větším podílem omega 3 mastných kyselin. Ryba, jejímuž chovu se věnuje Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity, má příznivý vliv na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění. „Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin bude k dostání na prodejních místech v Praze, Českých Budějovicích, Vodňanech a Blatné," řekl před svátky ředitel vodňanského Výzkumného ústavu rybářského a hydrobiologického Pavel Kozák.

„Na trh se v letošní předvánoční premiéře dostane přes 100 metrů těchto ryb," uvedl. Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získá ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami prokázal v posledních dvou letech výzkum. Na něm Fakulta rybářství a ochrany vod Jihočeské univerzity spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny. Výzkum spočíval v tom, že dobrovolní [pacienti](#), kteří se po operaci srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, čtyři týdny konzumovali kapra s vyšším podílem omega tři mastných kyselin.

„V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou [dietu](#), u nich za tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve," řekl výzkumný pracovník Fakulty rybářství a ochrany vod [Jan](#) Mráz. Podle něj však záleží i na správném postupu při zpracování kapra. „Nejlepší je připravovat jej na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia," uvedl Mráz.

Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních [onemocnění](#) a snižují krevní [tlak](#).

Titulek:	Udělejte si kapří hostinu, radí vyhlášený kuchař	
Datum vydání:	22.12.2012	
Zdroj:	Právo Autor: Pavel Orholz	
Rubrika:	Publicistika Strana: 10 ID: PR201212220607067	
	9	

Udělejte si kapří hostinu, radí vyhlášený kuchař

„Nejideálnější rybou na vaření je kapr. Myslím, že je tak trochu podceňovaný, ale je to vysoce kvalitní ryba," je přesvědčen kuchařský mistr Eduard Levý.

Držitel stříbrného ocenění Magdalény Dobromily Rettigové, který vede prodejnu [Fakulty rybářství](#) a ochrany vod Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, na [fakultě](#) učí předmět gastronomie. Jeho rada kulinářským nadšencům je jednoduchá: udělejte si na Štědrý den kapří hostinu. A hned vyjmenovává její chody: rybí polévka, řízky, paštika, rybí saláty a tatarák z kapra.

„Kapra není těžké vykostit. Jde o trochu cviku. Ošidné je prořezání svalových kústek, ypsilon

kostiček, na které používáme krátký řez pomocí speciálního nože na ovoce. Je to zahnutý krátký nůž. Tím vedeme řez po hřbetu," vysvětlil jeden z triků Levý.

Paštika se podle něj dělá z toho, co zůstane na kostrách. „Přidáme trochu želatiny a koření. Vařené maso se mixuje se šlehačkou a pak se nalévá do formy. Nebo se paštika vaří, což je trvanlivější. Použije se syrové maso, zase se okoření, přidá šlehačka, vajíčko, mixuje se a nalije se do formy. Ta se pak dá do trouby na plech s vodou a nechá se tam při asi 80 až 90 stupních tři čtvrtě hodiny," sdělil šedesátiletý kuchař.

Řízek v sáčku

Speciální recept má pro dietáře. „Ten, kdo má dnes už doma vakuové balení, tak může dát zeleninu do sáčku, na to položit kapra, trochu okoření, stačí solí a pepřem. Přidat trochu máslo. Celé to zavakuovat a dát to do vyhřáté trouby na osmdesát stupňů. Stačí třicet až čtyřicet minut vařit," uvedl recept Levý. Zcela nejzdravější je však podle něj kapr syrový, například tatarák. „Musíme rybu vyfiletovat, pak nařežeme ocas na plátky asi jeden až dva milimetry. Takto nakrájené maso přemeleme na masomlejnku, abychom měli strukturu. Pak už se použije jen koření. S tím na ryby však opatrně. Spíše jen pepř, sůl, trošinku papriky a olivového oleje. Prostě tak, jak se dělá tatarák z hovězího, ale nedáváme tam kečup a podobné věci," ozřejmil Levý. Na polévce a salátu prý není také nic složitého a tak je rybí hostina hotová. „Dobrý kuchař vyhodí z ryby opravdu jen ploutve a kosti," dodal Levý.

Foto popis | Eduard Levý chystá rybí hostinu.

Titulek: Na štědrovečerní stůl připlouvá zdravější kapr. Vyvinuli ho vědci
Datum vydání: 17.12.2012
Zdroj: Mladá fronta DNES **Autor:** Petr Kubát
Rubrika: Jižní Čechy **Strana:** 2 **ID:** MF2012121706113576



Na štědrovečerní stůl připlouvá zdravější kapr. Vyvinuli ho vědci

[Fakulta rybnářství](#) a ochrany vod letos poprvé ve větším množství prodává kapra se zvýšeným podílem omega 3 mastných kyselin. Kilogram této ryby vyjde na 85 korun.

JIŽNÍ ČECHY Na první pohled na něm není nic zvláštního. Při dlouhodobější konzumaci má však vynikající vliv na prevenci a léčbu srdečních onemocnění.

Kapr se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin letos poprvé ve větším množství putuje na štědrovečerní stůl. Vylepšenou rybu vyvinuli pomocí speciální krmné směsi vědci z [Fakulty rybnářství](#) a ochrany vod Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Za rok vyprodukovali okolo 100 metrů takzvaného omega3kapra. V jižních Čechách bude od zítřka do neděle k dostání na fakultní prodejně na Husově třídě v Českých Budějovicích a v Genetickém rybnářském centru ve Vodňanech.

„Lidé u nás pořídí živého kapra, zpracovaného či napuštěného. Na přání zákazníka můžeme připravit i filety,“ řekl vedoucí prodejny Eduard Levý.

Vyšší podíl omega 3 mastných kyselin kapr získal ze speciální krmné směsi, která obsahuje řepkové výlisky a lněné semínko. Tu rybnáři nasazují až během posledního roku vývoje kapra. Ryba, jejímuž výzkumu a chovu se ve Vodňanech věnují pět let, bude v porovnání s běžným kaprem zhruba

o 15 procent dražší. Jeden kilogram vyjde na 85 korun.

Pozitivní vliv na zdraví kapra s omega 3 mastnými kyselinami prokázal několikaletý výzkum. Na něm [fakulta](#) spolupracovala s pražským Institutem klinické a experimentální medicíny (IKEM). Průzkum spočíval v tom, že dobrovolní pacienti, kteří se po operaci srdce zotavovali v Lázních Poděbrady, čtyři týdny jedli kapra s vyšším podílem omega tři mastných kyselin. „V porovnání s ostatními pacienty, kteří drželi klasickou dietu, u nich za tu dobu došlo k významnému zlepšení parametrů tukového spektra krve,“ naznačil Jan Mráz, výzkumný pracovník [fakulty](#). Výslednou kvalitu podle něj také výrazně ovlivňuje zpracování a kuchyňská úprava kapra.

„Řízek v trojobalu nebo jen na přírodno je nejlepší připravovat na řepkovém oleji a při teplotě uvnitř ryby kolem 60 až 70 stupňů Celsia. Při smažení nejprve rozehtřejeme pánev s olejem maximálně na dvě minuty. Potom zeslabíme plamen, aby nedocházelo k přepalování tuku, a teprve potom vložíme porci ryby,“ přiblížil způsob přípravy Mráz.

Omega 3 esenciální nenasycené mastné kyseliny jsou vhodné na ochranu proti vzniku srdečních a cévních příhod a pro správnou funkci srdce. Snižují hladinu krevních tuků, zabraňují usazování cholesterolu, chrání před vznikem degenerativních onemocnění a snižují krevní tlak.

Omega3kapr je ideální pro těhotné a kojící ženy

Jejich blahodárný vliv se výrazně potvrdil v sedmdesátých letech minulého století. Vědci se tehdy věnovali výzkumu způsobu života a stravování Eskymáků. Ti díky tomu, že se živí převážně jen rybami, patří k nejzdravějším

národům na světě.

„Ryby se zvýšeným obsahem omega 3 mastných kyselin jsou vynikající také pro těhotné ženy. Měly by je jíst alespoň dvakrát týdně,“ podotkl Mráz.

Podle dalšího výzkumníka Vladimíra Žlábka je výhodou omega3kapra to, že je ryba vyšlechtěná v českých podmínkách. „Odpadá tak riziko transportu, jako je tomu u mořských ryb. Člověk nikdy neví, jak dlouho někde ležely,“ dodal Žlábek.

FAKTA

Prodej omega3kapra

Kdy: 18. až 23. prosince

Otevřeno: 9 až 17 hodin

Kde:

České Budějovice

Fakultní prodejna

Husova třída 458/102

Vodňany

Genetické rybářské centrum

Nad Velkou podvinicí

Cena: 85 korun za 1 kilogram

Více info na www.omega3kapr.cz

Foto popis| Dobrý pro zdraví Omega3kapr je vhodný na prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění.

Foto autor| Ilustrační foto: MAFRA

Regionální mutace| Mladá fronta DNES - jižní Čechy

<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10118379000-udalosti-v-regionech-praha/212411000141211-udalosti-v-regionech/obsah/234613-jihocesti-vedci-zacinaji-prodavati-tzv-superkapry/>

<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10091005596-zajimavosti-z-regionu-praha/212411030921216-zajimavosti-z-regionu/titulky/>

http://www.rozhlas.cz/zpravy/clovek/_zprava/1148686

http://www.rozhlas.cz/cb/zpravodajstvi/_zprava/1148819

