



1. Het Product

Olivious® is een compositie van extra vergine olijfolie, water, wei proteïne, agave siroop en natuurlijke smaakaroma's. Deze unieke receptuur zorgt ervoor dat je gemakkelijk elke dag de juiste hoeveelheid extra vergine olijfolie kunt drinken (zonder bitterheid en vervelende kriebel in je keel) om te voldoen aan de gezondheidsclaim.

Olivious wordt gemaakt met extra vergine olijfolie uit Sardinië, een van de Blue Zones, waar de mensen aantoonbaar langer en gezonder leven. Extra vergine olijfolie is een van de gezondste vetten ter wereld!

Gezondheidsclaim 1

Polyfenolen uit olijfolie dragen bij tot de bescherming van bloedvaten tegen oxidatieve stress

De hoeveelheid extra vergine olijfolie in een shot Olivious bedraagt 20 gram. Deze hoeveelheid is gebaseerd op de gezondheidsclaim¹⁾ van de EFSA. (European Food Safety Authority) Deze claim zegt dat je minimaal 20 gram extra vergine olijfolie moet binnenkrijgen ter bescherming van de bloedvetten tegen oxidatieve stress²⁾.

Gezondheidsclaim 2

Olivious past in een cholesterolverlagend dieet.

De extra vergine olijfolie in Olivious is rijk aan enkelvoudige onverzadigde vetten. De vervanging van verzadigde vetten door onverzadigde vetten in de dagelijkse voeding draagt bij tot de instandhouding van normale cholesterolgehalten in het bloed³⁾.

Uiteraard zijn er ook andere voorwaarden voor een langer en gezonder leven waaronder het belang van een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl.

2. Gezondheidsvoordelen

- Verkleint de kans op hart- en vaatziekten²⁾
- Draagt bij tot de normale cholesterolverhouding³⁾
- Bevat onverzadigde vetten die passen in een gezond eetpatroon³⁾
- Kan vetverlies helpen bevorderen, ideaal als tussendoortje⁴⁾
- De polyfenolen (antioxidanten) werken ontstekingsremmend⁵⁾
- Zorgt voor een betere stoelgang⁶⁾
- Kan het risico verkleinen op diabetes type 2⁷⁾

3. Hoe en waar wordt het gemaakt?

Olivious is ontwikkeld samen met het NIZO uit Ede-Wageningen. Het wordt geproduceerd in Breda bij de co-manufacturer van Olivious. Er zijn verschillende stappen nodig om het te maken. Voordat er een homogene emulsie kan worden gemaakt worden alle ingrediënten volgens specifieke receptuur onder bepaalde omstandigheden (temperatuur, verblijftijd,

volgorde en hoeveelheden) met elkaar vermengd. Vervolgens gaat het in de homogenisator en wordt er onder zeer hoge druk in twee fasen een homogene dunne stabiele emulsie verkregen. Belangrijk hierbij is de juiste partikel grootte van de afzonderlijk deeltjes in verband met de stabiliteit. Als laatste wordt het product kort gesteriliseerd om de houdbaarheid bij kamertemperatuur te garanderen. Direct na deze stap vindt het afvullen plaats onder steriele omstandigheden. Patent pending.

4. Wat onderscheidt Olivious?

- Past door de brievenbus, dus geen gedoe met de bezorging
- Gezond; gebruik van hoge kwaliteit extra vergine olijfolie
- Gemakkelijk op te nemen in je dagelijkse voeding
- Geen bittere nasmaak of vervelende kriebel in je keel
- Voor iedere dag van de week een andere smaak
- Geen soortgelijk product op de markt
- Voldoet aan de EFSA-gezondheidsclaim van 20 gram extra vergine olijfolie per dag
- Zonder conserveringsmiddelen of E-nummers

Studies en claims

¹⁾ De claim mag alleen worden gebruikt voor extra vergine olijfolie die ten minste 5 mg hydroxytyrosol en derivaten daarvan (bv. oleuropeïnecomplex en tyrosol) per 20 gram extra vergine olijfolie bevat. De olie die wordt gebruikt voor Olivious voldoet hieraan. (Om de claim te dragen moet informatie aan de consument worden verstrekt dat het gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 20 gram extra vergine olijfolie)

²⁾ Antioxidanten beschermen weefsels en het DNA in cellen tegen vrije radicalen. Vrije radicalen zijn agressieve stoffen die in sommige gevallen schade kunnen veroorzaken aan cellen en weefsels. Wanneer ze schade veroorzaken, noemen we dat oxidatieve stress. Oxidatieve stress ontstaat wanneer er te veel vrije radicalen aanwezig zijn of wanneer deze stoffen zich op ongewenste plekken in het lichaam bevinden. Er zijn aanwijzingen dat oxidatieve stress na lange tijd mogelijk hart- en vaatziekten, kanker en schade aan het zenuwstelsel tot gevolg kan hebben. Ook zijn er aanwijzingen dat vrije radicalen een rol spelen bij verouderingsprocessen. Antioxidanten die via gezond eten het lichaam binnenkomen maken vrije radicalen onschadelijk en dragen er zo aan bij dat dit niet gebeurt.

³⁾ De claim mag alleen worden gebruikt voor levensmiddelen met een hoog gehalte aan onverzadigde vetzuren zoals bedoel in de claim RIJK AAN ONVERZADIGDE VETTEN, zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006. (Minimaal 70%)

⁴⁾ Extra vergine olijfolie stimuleert de afgifte van het GLP-1 hormoon dat zorgt voor een goede verwerking van koolhydraten uit de voeding. Sommige studies hebben aangetoond dat olijfolie de metabolische snelheid kan verhogen en vetverlies kan bevorderen. De gezonde vetten in het product onderdrukken bovendien het hongergevoel en vermindert trek naar (ongezonde) snacks.

F. Violi, L. Loffredo, P. Pignatelli, F. Angelico, S. Bartimoccia, C. Nocella, R. Cangemi, A. Petruccioli, R. Monticolo, D. Pastori, and R. Carnevale. Extra virgin olive oil use is associated with improved post-prandial blood glucose and LDL cholesterol in healthy subjects.

⁵⁾ De polyfenolen in extra vergine olijfolie hebben een ontstekingsremmende en antioxidantele werking.

L. Lucas, A. Russel, R. Keast. Molecular mechanisms of inflammation. Anti-inflammatory benefits of virgin olive oil and the phenolic compound oleocanthal.

6) Extra vergine olijfolie zorgt ervoor dat schadelijke darmbacteriën zich minder snel kunnen ontwikkelen en heeft daardoor een gunstig effect op de spijsvertering. Het kan helpen verstoppingen te voorkomen en zorgt voor een betere darmwerking.

C. Romero, E. Medina, J. Vargas, M. Brenes, A. De Castro. In vitro activity of olive oil polyphenols against *Helicobacter pylori*.

7) Onderzoek heeft laten zien dat extra vergine olijfolie een positief effect heeft op zowel het risico op het krijgen van diabetes type 2 als op de behandeling ervan. Deze conclusie geldt voor de inname van extra vergine olijfolie als voedingsmiddel en niet voor de individuele componenten van de olie.

L. Schwingshackl, A.M. Lampousi, M. P. Portillo, D. Romaguera, G. Hoffmann, H. Boeing

Olive oil in the prevention and management of type 2 diabetes mellitus: a systematic review and meta-analysis of cohort studies and intervention trials.