

## **LES HUILES VÉGÉTALES ET LA MARGARINE**

### **Premièrement**

Il y a les huiles saturées qui sont reconnues par l'organisme. (Coconut, Viandes, Poissons, Beurre)

Ensuite les huiles monoinsaturées qui sont reconnues par l'organisme. (avocat, Huile d'olive, Noix)

Puis les huiles polyinsaturées qui sont reconnues par l'organisme. (Lin, Chanvre, Tournesol, Canola, Palme etc.)

Puis les huiles polyinsaturées hydrogénées transgéniques qui ne sont pas reconnues par l'organisme.

Puis il y a la margarine construite avec des huiles polyinsaturées transgéniques qui subit un processus de transformation prononcé comparable au produit dérivé du pétrole encore moins reconnu par l'organisme.

## **LES HUILES VÉGÉTALES**

On parle ici des huiles suivantes:

l'huile de soja, l'huile de canola, l'huile de tournesol, l'huile de palme, l'huile de colza, l'huile de carthame, l'huile de graine de coton et autres de ce type.

Ces huiles végétales polyinsaturées sont très fragiles, elles s'oxydent à la lumière, et à la chaleur. L'oxydation provoque leur rancissement très vite et deviennent alors très toxiques à la consommation. La rancidité a un goût prononcé pas bon, de pourri, la langue humaine le détecte facilement pour nous avertir de ne pas en consommer.

Mais l'industrie ne se contente pas d'extraire c'est l'huile à la bonne vieille méthode de pression à froid manuelle. Pas de temps à perdre pour faire plus d'argent. Ils utilisent des méthodes avec des très hautes températures et de très haute pression qui augmente la quantité et la vitesse d'extraction.

Ensuite pour extraire le restant d'huile dans le grain il repasse le tout sous hexane et autres solvants qui leur assure de vider complètement le grain.

Il repasse finalement le tout dans une machine de nettoyage à la vapeur de haute température pour les diluer et les amincir dans le but d'éliminer le goût de rancie et toutes autres vitamines ou molécules qui pourraient la faire déperir pendant qu'elle est sur l'étalage au magasin.

Par-dessus ça : les cultures de ces grains (soya, canola, etc.) sont toutes en abondance de pesticide, fongicide et herbicide. Ils sont aussi OGM : conçues pour être toxiques pour les parasites tout en étant résistantes aux désherbants commerciaux comme le glyphosate. En conséquence, ces toxines sont dans les grains utilisés pour la fabrication des huiles et aucun procédé n'est rendu pour les éliminer, il y reste donc jusqu'à la fin des processus de transformation.

Ils nous servent cela en bouteille de plastique. Et le pire c'est que le monde en mange!

### **Ensuite il y a pire encore, il y a les huiles polyinsaturées hydrogénées transgénique**

A cette étape, ils prennent leurs huiles polyinsaturées d'extraction à chaud, sous pression et par solvant puis il la mélange avec un catalyseur au nickel et la passe dans une machine réacteur qui injecte du Gas hydrogène sous haute pression à haute température.

**Le processus d'hydrogénation consiste à injecter par pression (435-725 psi) de l'hydrogène dans de l'huile insaturée en présence d'un catalyseur métallique (souvent du nickel) à haute température (140-225 °C).**

Ce processus d'hydrogénation altère les molécules de l'huile et crée ce qu'on appelle des **gras transgéniques**.

De là on obtient un gras solide stable qui ne sent pas et qui ne goûte pas... transgénique.

L'industrie alimentaire utilisent ce produit pour mettre dans les gâteaux, les beignes, les biscuits et tout pleins d'autres produits que le monde mange ....

### **Mais il y a des huiles végétales polyinsaturée ou monoinsaturée pressé à froid**

Si par exemple on prend de l'huile végétal de tournesol extrait de première pression à froid, c'est déjà bien mieux pour la consommation. Mais elle rancira rapidement à la lumière et à la chaleur, son temps de conservation n'est pas long. Certaines de ces huiles doivent absolument être garder au réfrigérateur et c'est pour cela qu'on ne doit jamais les utilisées pour la cuisson. Huile d'olive contient plus de monoinsaturés que de polyinsaturés ce qui la rend plus stable et on peut la conserver à température pièce lorsque cacher de la lumière.

### **La chimie dernière l'oxydation, le rancissement des huiles polyinsaturées**

Leurs chaines d'atomes qui forment leurs molécules changent et se modifient facilement sous l'effet de la lumière et surtout sous l'effet de la chaleur. Il perdre leurs propriétés moléculaires d'origine et deviennent pourri et ranci. Ils sont alors néfastes à la consommation comme une pêches pourri avec de la mousse de champignon dessus... Personne ne la mangerait...

## La fabrication de la margarine

Pour faire de la margarine, le processus est complexe et nécessite une haute technologie.

Les produits de margarine sont construits avec ces huiles polyinsaturées transgénique, oui ok, mais, la fabrication de la margarine ne s'arrête pas là.

Il la mélange ensuite avec un émulsifiant de la famille des savons puis la repasse encore dans la machine de nettoyage à la vapeur pour enlever l'odeur horrible. Puis il la blanchisse (avec un produit comme de l'eau de javel) pour lui enlever sa couleur grise, ensuite il lui rajoute des couleurs et saveur artificielles et aussi des agents de conservation comme souvent des BHT (Butylated hydroxytoluene) et ensuite c'est prêt à manger, ils nous font un beau marketing de margarine santé réduit en gras saturés dans un beau plat en plastique.

La margarine ne se décompose pas, elle ne pourrit pas, même les insectes ne la mangent pas quand ils en trouvent une motte dans la nature.

## Les maladies provoquées par les gras polyinsaturés

Une consommation élevée d'acides gras polyinsaturés est liée à toutes sortes de **maladies inflammatoires**, telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité, le cancer, les syndromes de côlon irritable et déséquilibre du microbiote, arthrite, maladie auto-immune, goutte etc..

## Les maladies provoquées par les gras polyinsaturés hydrogénés transgéniques

Alors que les gras trans sont des polyinsaturés nous obtenons ici aussi l'effet très inflammatoire.

Les gras trans ont des effets délétères sur la santé humaine. Le corps ne peut pas traiter ces molécules synthétiques et elles deviennent très dommageables pour le corps à tout niveau!

Ils diminuent grandement l'efficacité du système immunitaire, car il ne reconnaît pas les corps étrangers et travaille sans relâche pour essayer de les éliminer.

Ils diminuent l'efficacité du développement du cerveau durant la période de croissance et ensuite tout au long de la vie endommagent le système nerveux car les corps essaient de faire des gras normaux avec les gras trans et des fois remplacent les bons gras du cerveau avec des gras transgéniques et toutes les réactions chimiques neurologiques sont affectées.

Les gras trans endommagent la paroi interne des vaisseaux sanguins. (En plus de l'inflammation qu'il provoque qui endommageait déjà les vaisseaux sanguins).

Ils augmentent le cholestérol des lipoprotéines de basse densité, mais diminuent également le cholestérol des lipoprotéines de haute densité, provoquant rapidement des maladies cardiovasculaires.

**Les maladies provoquées par les gras polyinsaturés hydrogénés transgénique additionné d'émulsifiant, de supplément synthétique, d'agent de conservation, de métaux lourds et de colorant : LA MARGARINE.**

Maladie Système nerveux, Alzheimer, Parkinson, dégénérescence du cerveau et les autres problèmes et maladie cité plus haut.

### **Santé Canada et Food & Drug Association**

Santé Canada a interdit les gras trans artificiels, rendant illégal pour les fabricants d'ajouter des huiles partiellement hydrogénées aux aliments vendus au Canada. Cette interdiction est mise en œuvre progressivement et à partir de septembre 2020, tous les gras trans produits artificiellement seront retirés de l'approvisionnement alimentaire.

La Food & Drug Association des États-Unis a déterminé que les graisses trans artificielles sont dangereuses à consommer autant en petite quantité, c'est à dire que même si les compagnies en réduisent la quantité dans leurs produits pour le faire paraître plus santé il reste dangereux encore à la consommation.

# UNHEALTHY FAT

## Foods containing trans fats:

### Margarine

- Roti, toast, cakes, fried rice

### Shortening

- Donuts, cakes, cookies, croissants

### Non-dairy creamer

- Coffee, milk tea

## Trans fats can cause:

- Artery diseases
- Diabetes
- Alzheimer's

## Trans fats can also cause:

- Retina degeneration
- Gallstones



\* Trans Fat Ban, announced in Thailand's Royal Gazette on July 13, will take place in the next six months.

# Do People That Eat Margarine Really Know How It's Manufactured?

