



Huiles de première pression à froid

| Variétés | Crue | Cuisson | | | Conservation | |
|---------------|------|---------|-------|---------|-------------------------|---------------|
| | | Four | Poêle | Friture | Température de la pièce | Réfrigérateur |
| Caméline | | | | | | |
| Canola | | | | | | |
| Chanvre | | | | | | |
| Chia | | | | | | |
| Lin | | | | | | |
| Noisette | | | | | | |
| Noix | | | | | | |
| Noix de coco | | | | | | |
| Olive | | | | | | |
| Sésame | | | | | | |
| Sésame grillé | | | | | | |
| Tournesol | | | | | | |

Huiles raffinées (mauvais gras)

| | | | | | | |
|------------------|--|--|--|--|--|--|
| Arachide | | | | | | |
| Maïs | | | | | | |
| Pépins de raisin | | | | | | |
| Soya | | | | | | |