

Guna minyak masak berulang tingkatkan risiko sakit jantung

Pensyarah Program Sains Pemakanan, Pusat Pengajian Sains Jagaan Kesihatan, Fakulti Sains Kesihatan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), **Prof. Dr. Ruzita Abd. Talib** berkata, minyak masak tidak sepatutnya digunakan untuk menggoreng lebih daripada sekali.

Menurut beliau, minyak masak akan bertukar menjadi lemak tepu apabila digunakan berulang kali yang boleh mendatangkan kemudaratan kepada kesihatan terutama menyebabkan saluran darah menjadi sempit

Baca seterusnya dengan **klik di sini** .

Related articles across the web

 Exercising while angry could increase risk of heart attack: study	 Japan: one fifth of employees at risk of death from overwork – report	 You Go Girl: Toni Braxton Performs With Heart Monitor Strapped To Her Chest After Lupus Complications
---	---	---