Leinsamen-Weizenkeim-Vitalöl, kaltgepresst, Omega 3 Fettsäuren und natürliches Vitamin E

Leinsamen-Weizenkeim-Vitalöl - eine ideale Komposition in der Gesundheitsküche

Diese Mischung aus Leinsamenöl und Weizenkeimöl (8:2) ist eine synergistische Komposition aus frischen, kalt gepressten Pflanzenölen. Sorgsam und fachmännisch in deutschen handwerklich arbeitenden Ölmühlen. **Weizenkeimöl ist das Öl, mit dem höchsten natürlichen Vitamin E Gehalt** von allen Pflanzenölen. Es ist deshalb die ideale und schützende Ergänzung zu Leinöl mit seinen empfindlichen hochungesättigten Omega 3 Fettsäuren (Linolensäure).

Leinsamen-Weizenkeim Vital-Öl ist durch die Kombination aus wertvollen pflanzlichen Omega 3 Fettsäuren und natürlichem Vitamin E aus dem Weizenkeimöl noch wertvoller für die moderne Vitalstoffküche und eine gesunde Ernährung. Darüber hinaus ist das Topfruits Leinsamen-Weizenkeim-Vitalöl besser haltbar und weniger empfindlich als reines kalt gepresstes Leinsamenöl. Sie dieses Öl aber, wie alle empfindlichen Pflanzenöle, nur in der kalten Küche verwenden. Besonders im Sommer sollten Sie dieses Gesundheitsöl, bis zum vollständigen Verbrauch im Kühlschrank lagern. Augrund seines hohen Gehaltes an mehrfach ungesättigten Fettsäuren (Linolensäure) ist Leinöl empfindlich in Bezug auf die Lagerung.

In diese besondere Mischung geben wir auf 8 Teile besten deutschen Leinöls und 2 Teile kalt gepresstes deutsches Weizenkeimöl, zum Schutz der empfindlichen mehrfach ungesättigten Fettsäuren und als Ergänzung für eine gute Vitamin E Versorgung. Leinsamen-Öl hat eine außergewöhnliche Bedeutung in der Ernährung als Lieferant von unverzichtbaren Omega 3 Fettsäuren - vor allem Linol- und Alpha-Linolensäure. Diese Fettsäuren sind essentiell: der Körper kann sie nicht selbst herstellen und wir müssen sie deshalb mit der Nahrung zuführen. In Leinöl befindet sich von allen tierischen und pflanzlichen Ölen/Fetten die höchste Konzentration (über 80%) an ungesättigten Fettsäuren (zum Vergleich Olivenöl 6%).

Leinöl sollte ausschließlich in der kalten Küche verwendet werden und darf keinesfalls erhitzt werden, da sonst schädlich Substanzen entstehen. Sehr gut schmeckt unser Leinsamen-Weizenkeim Vitalöl, wie Leinöl alleine zu Pellkartoffeln. Auch zum Anmachen von Salaten kann man immer etwas von diesem Öl nehmen. Weizenkeimöl zeichnet sich durch einen besonders hohen, natürlichen Gehalt an unterschiedlichen Tocopherol (Vitamin E) aus. Vitamin E ist das wichtigste fettlösliche Antioxindans. Es schützt die fettähnlichen Strukturen der Zellmembrane und darüber hinaus empfindliche, mehrfach ungesättigte Fettsäuren vor Oxidation. Vitamin E verlangsamt die Blutgerinnung, trozdem Vitamin E also ein natürlicher Blutverdünner ist, erhöht es das Blutungsrisiko bei gesunden Menschen nicht! (Quelle: Burgersteins Handbuch Nährstoffe)

Nach der nationalen Verzehrstudie aus dem Jahr 2008 erreichen 48% der Männer und 49% der Frauen die empfohlene tägliche Mindestzufuhrmenge von 15mg Vitamin E nicht. Achten Sie deshalb bei Ihrer Nahrung auf die ausreichende Verwendung von Vitamin E reichen Nahrungsmitteln. Zahlreiche Studien belegen dass nur vollwertiges Vitamin E aus Vitamin E reichen Lebensmitteln, wie Nusskernen, Traubenkernen oder Weizenkeimen, einen positiven Effekt als Vital- und Schutzstoff haben, nicht jedoch chemisch synthetisiertes Vitamin E, meist reines Alpha-Tocopherol.

Bereits 1-2 Esslöffel Leinsamen/Weizenkeimöl pro Tag, sorgen für eine gute Omega 3 und Vitamin E Basis-Versorgung im Rahmen einer nährstoffreichen Ernährung. Im Vergleich dazu müssten Sie einiges an Fischöl Kapseln verzehren. Fischöl enthält nur ca. 30% Omega 3 Fettsäuren und wird von vielen Menschen schlecht vertragen.

Zutaten: Leinsamenöl (natur, kalt gepresst) 80%, **Weizenkeimöl** (natur, kalt gepresst) 20%.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Leinsamen-Weizenkeim-Vitalöl, kaltgepresst, Omega 3 Fettsäuren und natürliches Vitamin E"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	3685 kj
Brennwert kcal	880 kcal
Fett	100 g
davon gesättigte Fettsäuren	8 g
Salz	<0.01 g