

# Rapsöl, Rapskernöl Organic - kaltgepresst, Bio kbA, besonders mild, Teutoburger Ölmühle

## Bio Rapskernöl, kaltgepresst – aus geschälter Rapssaat – mit besonders mildem Geschmack

Rapskernöl Organic wird von der Teutoburger Ölmühle in einem neuartigen, patentierten und umweltbewussten Verfahren produziert – etwas ganz Besonderes auf dem deutschen Markt. Verwendet wird ausschließlich Raps aus kontrolliert biologischem Anbau. Die Rapskerne werden zunächst geschält und erst dann in einem schonenden Kaltpressverfahren zum gold-gelben Raps-Kernöl verarbeitet. **Das kaltgepresste Rapsöl aus geschälter Rapssaat hat ein optimales Fettsäurespektrum und ist relativ hitzestabil. Vor allem der hohe Gehalt an Ölsäure und Vitamin E macht es zu einem idealen Öl in der kalten Küche und zum mäßigen Erhitzen.** In Backwaren kann es zudem sehr gut als Buttersersatz verwendet werden. Unser Rapsöl schmeckt fein, mild & dezent nussig und passt wunderbar zu Salaten, Suppen, Saucen, Dip, gedünstetem Gemüse oder Fisch und Fleisch aus dem Backofen. Kalt und warm verwendbar ist Rapskernöl ein Genießseröl für jeden Tag!

### Vorteile von Topfruits Rapskernöl

### Natives Rapskernöl kaltgepresst

- Rapskernöl in Premium Qualität aus Deutschland, aus geschälten Rapssamen
- in einem patentierten Verfahren mühlenfrisch kaltgepresst
- kontrolliert biologischer Anbau
- gutes Verhältnis von Omega 6 zu 3
- enthält Vitamin E
- ohne Gentechnik (GMO frei)
- ideales Speiseöl in der kalten oder heißen Küche

### Kaltgepresstes Rapsöl und seine wertgebenden Inhaltsstoffe

Unser kalt gepresstes Rapskernöl zeichnet sich durch sein hervorragendes Fettsäuremuster und eine Fülle an wertvollen natürlichen Inhaltsstoffen aus. Im Gegensatz zu raffinierten Ölen und im Vergleich zu anderen Pflanzenölen (z.B. Sonnenblumenkernöl oder Olivenöl) ist für Rapsöl sein hoher Anteil an einfach ungesättigten Fettsäuren (ca. 60 %) charakteristisch. Insbesondere die einfach ungesättigte Ölsäure ist in großen Mengen vorhanden (57 %). Auch das Verhältnis zwischen essentiellen Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren ist als positiv einzuschätzen. Omega 3 Fettsäuren müssen mit der Nahrung zugeführt werden, da sie vom Körper selbst nicht hergestellt werden können. Diese lebenswichtigen Fettsäuren aus Rapskernöl bilden wichtige Botenstoffe im Blut und steuern zahlreiche Funktionen im menschlichen Körper. Da wir für unser Rapssamenöl geschälte Rapssaat nutzen, hat es einen milderen Geschmack und ist weniger bitter als solches aus ungeschälten Samen. Gleichzeitig enthält Bio Rapskernöl andere wertgebende sekundäre Pflanzenstoffe, z.B. Carotinoide wie Lycopin. Bei Topfruits können Sie das biologische, kaltgepresste Rapskernöl kaufen.

### Herstellung von naturreinem Raps Kernöl in Bio-Qualität

Unser biologisches Rapskernöl entsteht mit großer Sorgfalt durch ein spezielles Verfahren zur Ölsaatpressung in der Teutoburger Ölmühle. Zunächst werden die ölhaltigen Samen maschinell von ihrer bitteren Schale befreit. Durch eine schonende, gekühlte Kaltpressung bei unter 40 °C wird nur der geschälte, gold-gelbe Kern in einer Schneckenpresse gepresst und das native Rapskernöl gefiltert. So erhält man das reine, goldgelbe Öl aus erster Pressung (die Farbe ist ein deutliches Qualitätszeichen). Durch dieses innovative Herstellungsverfahren bleiben die empfindlichen Fette sowie viele Vitamine und Antioxidantien im Rapsöl erhalten. Da bei der Herstellung von Rapskernöl auf Raffination verzichtet wird, hat es im Gegensatz zu anderen Pflanzenölen einen hohen Vitamingehalt. 100 g Raps-Kernöl enthalten ca. 30 mg Vitamin E.

### Verwendung von kaltgepresstem Rapskernöl

In der Küche zeigt Bio-Rapskernöl seine vielfältigen Stärken. Es eignet sich für kalte Speisen wie z.B. leckere Salate und Salatdressings, Dips oder zum Anrühren einer Raps-Kernöl-Mayonnaise ohne Butter. Passt auch gut zum Dünsten von Gemüse oder zum Verfeinern von Suppe und Soße. Weil Rapskernöl mit einem Rauchpunkt bei etwa 180 °C von Natur aus hitzestabil ist, können Sie damit auch kochen und backen. Zum Braten sollte das Rapsöl jedoch nicht verwendet werden. Hier empfiehlt sich Palm- oder Kokosöl als noch hitzestabiler.

### Allgemeine Hinweise zum Rapsöl

**Zutaten:** 100 % natives Rapskernöl aus geschälter Saat.

**Lagerung:** Relativ kühl und dunkel. Lagern auch im Kühlschrank möglich.

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Rapsöl, Rapskernöl Organic - kaltgepresst, Bio kbA, besonders mild, Teutoburger Ölmühle"

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	3382 kj
Brennwert kcal	823 kcal
Fett	91.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	6.0 g
Salz	0.03 g

### Zusätzliche Informationen

Vitamin E: 30mg (250% der empfohlenen Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen)