

Leindotteröl



Auch wenn Leindotter botanisch nicht mit dem Lein verwandt ist, so gibt es doch in der Zusammensetzung des Leindotteröls eine deutliche Parallele zum Leinöl. Die ca. 50% Gewichtsanteil mehrfach ungesättigten Fettsäuren (ca. 20% Omega 6 und ca 40% Omega 3) und der bemerkenswert hohen Anteil an Vitamin E machen Leindotteröl so wertvoll.

Geschmack Frisch kaltgepresstes Leindotteröl schmeckt leicht scharf, wie Senföl oder Rapsöl und erinnert an frisch gemähte Wiese.

Verwendung Leindotteröl ist für die kalte Küche geeignet und sollte nicht über 60 Grad erhitzt werden. In Salaten, über das Müsli oder nach dem Kochen über Gemüse sind Verwendungsmöglichkeiten.

Haltbarkeit und Lagerung Leindotteröl, dunkel und gekühlt gelagert, ist ungeöffnet ca. 6-9 Monate haltbar. Nach Anbruch sollte Leindotteröl innerhalb von 5-6 Wochen verbraucht werden.

Zusammensetzung

Brennwert kJ/kcal	3700/900
Fett	100 g
davon gesättigte Fettsäuren	10 g
einfach ungesättigte Fettsäuren	35 g
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	55 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	0 g
Salz	0 g

Gut zu wissen Leindotter gedeiht sehr gut ohne Düngung und Pflanzenschutz. Deshalb ist Leindotter auch eher als Zwischenfrucht oder Mischfrucht in der Landwirtschaft bekannt., weniger als Ölpflanze. Aber das ändert sich gerade. Leindotteröl ist ein trocknendes (oxidierend) Öl. Es wird, wie Lein, industriell auch als Grundstoff für Farben verwendet. Auch Bio-Treibstoff wird aus Leindotteröl hergestellt.

Wir beziehen unseren Leindotter von Bio-Bauern aus der Region der Schwäbischen Alb.

Wir bieten folgende Größen an:

- 100 ml
- 250 ml
- 500 ml

Birkenloherstrasse 25
73577 Hönig
+49 160 90450430
info@m-oel.de



DE-ÖKO-006
Deutsche
Landwirtschaft