

Haselnussöl

Das Haselnussöl von Oleofactum ist so ursprünglich nussig wie betörend. Es hat ein Enzym, das die ganze Süße in Gemüse und Obst zu wecken vermag und ein Candle-Light-Dinner geradewegs in den Garten der Glückseligkeit verwandelt. Kein Wunder, dass für Hildegard von Bingen der Sündenfall im Paradies mit der Haselnuss in Verbindung stand und sie nur widerstrebend Haselnussöl bei schwindender Manneskraft empfahl ...

Wer ist da allergisch drauf?? Selbst Allergiker dürfen sich ohne Spuren allergischer Reaktion damit stärken und verwöhnen. Allergene Stoffe sind Eiweiße – und die sind nicht in unserem Öl.

Fettsäuren:

gesättigte FS	ca. 8 %
1-fach ungesättigte FS (Ölsäure = Omega 9)	ca. 78 %
2-fach ungesättigte FS (Linolsäure = Omega 6)	ca. 14 %

reich an Vitaminen, besonders Vitamin E: ca. 43 mg / 100 ml

Das Öl ist 4 Monate haltbar – aber die Zerfallsstoffe im Öl steigen nach rund 4 Wochen exponentiell stark an, so dass die Bio-Speise-Frischöl-Qualität sich dann zunehmend erschöpft und die im Öl wichtigen ungesättigten Fettsäuren nicht mehr die ursprüngliche Bindungsaktivität entfalten können.

Verwendung:

Küche

Haselnussöl passt sehr gut zu Salaten und Desserts. Es verfeinert alle Speisen, z.B. gekochtes Gemüse wie Spargel oder Brokkoli.

Zu schade zum Erhitzen, aber es ist bis max. 180 °C erhitzbar. Daher ist Kochen, Backen und Braten möglich.