

Gehören Speiseöle in den Kühlschrank: Ja oder Nein? - Nein, Nein, Nein!!!

Bio-Speise-Frischöle, andere Speiseöle und natürlich auch das Leinöl sind sehr Kälte empfindlich. Sie sollten niemals eingefroren oder im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Hier meine ausführliche Antwort, warum pflanzliche Öle nicht in den Kühl- oder Gefrierschrank gehören:

Die Geschmacksträger im Speiseöl sind die Phospholipide. Phospholipide sind Lezithine, Fettkörper mit dem besonderen Merkmal einer Doppelmembran, die als schützende Zellwand das Cytoplasma, den Zelleiweißkern, umschließt. Dieses Phospholipid läßt wässrige und fettige Substanzen durch seine Doppelwand und ermöglicht Emulsionen. Es verbindet also Stoffe, die sich nicht von selbst verbinden würden. Das liegt daran, dass die 'Phospho'-Seite die Wasser orientierte, und die '-lipide-Seite die Fett orientierte Seite ist. Man kann also Wasser und Öl zu einer Emulsion verbinden.

Im Kühlschrank hat man etwa 7° C. D.h. **Im Öl kommt es zu einer sogenannten Phasenverschiebung. Weil Öl zähflüssig wird**(führt zur "weißen Wolke", aus Öl wird Fett, es wechselt den Aggregatzustand) **und Wasser seine flüssige Konsistenz nicht verändert.** Die Phospholipide richten sich nach Fett- und Wasserstoffmolekülen aus und werden nach etwa 6 Stunden aus dem Fettverband ausgefällt. Innerhalb dieser Zeit können sich die Phospholipide z.T. regnerieren. Aber nach dieser Zeit sind sie irreversibel geschädigt, ebenso nach einer Aufbewahrung im Tielkühlschrank.

Mit Hilfe der Phasenverschiebung wird auch das Phospholipid bei der Raffination von pflanzlichen Ölen ausgewaschen, weil die Industrie ein riesiges Interesse an diesem Stoff hat. Dieser Prozess heißt Desodoration.

In der amerikanischen Fettforschung werden die Phospholipide als essentiell diskutiert und ihr Fehlen in den industriell hergestellten Speiseölen, in Raffinaten, wird als Mangelernährung klassifiziert, die mit der Zunahme an neuronalen Erkrankungen, wie Demenz, Alzheimer, ADHS usw., zu tun hat.

Oleofactum bemüht sich immer um ursprüngliche und beste Qualitäten:

- Bio-Speise-**Frisch**öle dürfen nicht in den Kühlschrank!
- Bio-Speise-**Frisch**öle kennen keine standardisierte Haltbarkeit.
Barometer für Qualität und Bekömmlichkeit sind Zunge und Gaumen!
- Bio-Speise-**Frisch**öle schmecken Chargen abhängig heute so und morgen so – und tun immer gut!

Öl als Quelle für „Vitalstoffe“

(z. B. Nahrungsmittel, Hautpflegemittel)

Hier werden mit Vorteil native Öle verwendet. Sie sind nie reine Fettstoffe, denn sie beinhalten immer Fettbegleitstoffe, die die Eigenschaft des Produktes mitbestimmen. Native Öle sind stabiler (weil sie natürliche Antioxidantien aufweisen) und wirken aufgrund der verschiedenen Fettbegleitstoffe leicht emulgierend (und damit wasserbindend) sowie hautpflegend. Sie schwanken aber oft beträchtlich in ihrer Zusammensetzung und vor allem in ihren sensorischen Eigenschaften. Auch sind sie physikalisch weniger stabil, bilden Sedimente, schwanken in der Viskosität und sind selten kältestabil.

Anschrift der Verfasser:

Dr. Brigitte Schulthess

3007 Bern (Schweiz)

www.suissessences.ch, E-Mail: bri_sch@yahoo.com