

KALTGEPRESSTES LEINÖL, SCHONEND BEI 40° AUS DEUTSCHEM LEINSAMEN HERGESTELLT

Kaltgepresstes Leinöl - das flüssige Gold in der Küche



Lein, auch Flachs genannt, ist eine blau blühende einjährige Pflanze. Bis zu einem Meter wird sie hoch und ist fast in ganz Europa verbreitet. Aus den Samen, den **Leinsamen**, pressen wir ohne Erhitzung wunderbar natürliches Öl.

Seine gesundheitliche Bedeutung hat **kaltgepresstes Leinöl** hauptsächlich wegen seines hohen Anteils an **positiven Omega-3- Fettsäuren** (60%). Man kann mit Leinöl ziemlich einfach den Bedarf decken und so etwas zum Allgemeinbefinden beitragen.

LEINÖL für AROMATHERAPIE UND GESUNDHEITSWESEN

Eine weitere gesundheitliche Bedeutung haben beim **kaltgepresstem Leinöl** die Schwebstoffe. Darin sind zum Beispiel die wertvollen **Lignane** enthalten.

Grundsätzlich lassen wir Leinöl absetzen, so dass relativ wenige Schwebstoffe darin enthalten sind. Wenn Sie gerne Öl mit Schwebstoffen bestellen möchten, wählen Sie bitte einfach bei der Gebindegröße Ihre benötigte Variante mit dem Zusatz "naturtrüb" aus.

Übrigens: Leinöl bewährt sich seit Jahrhunderten als hochwertige Basis für giftfreie, wetterfeste Holzfarben.

Kaltegepresst schmeckt Leinöl besser



Unser Öl aus Leinsamen ist, wie es sich für **Kaltgepresstes** gehört, frisch und schonend hergestellt. Bei der Wahl des Leinsamens achten wir sehr darauf, dass wir schmackhaften Leinsamen als Basis verwenden. Durch diese Sorgfalt ist es möglich, dass unser Leinöl erst nach längerer Zeit seinen bitteren Geschmack bekommt.

Das kaltgepresste Öl aus Leinsamen von der Ölmühle Garting ist frei von Gluten. Es kann Spuren von Nüssen, Soja, Senf und Sesam enthalten.

Wussten Sie schon:

Leinöl kann man einfrieren. So bleibt es frisch. Diese Möglichkeit schont Ihren Geldbeutel und ist gut für die Umwelt, da so Transportwege gespart werden. Sollten Sie Flaschen brauchen finden Sie diese günstig unter: www.oelmuehle-garting.de/shop/140-flaschen

Der Geschmack von kaltgepresstem Leinöl

Leicht bitter

Charakteristik

Höchster Gehalt an Omega-3-Fettsäuren unter den Ölen und optimales Verhältnis zu Omega-6-Fettsäuren, viele Vitamine

Haltbarkeit von Leinöl

Geschlossen bei kühler und dunkler Lagerung mindestens 5 bis 6 Monate haltbar. Je älter das Leinöl ist, desto bitterer der Geschmack.

Lagerung

Sie sollten das Leinöl nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern und in etwa drei Wochen verbrauchen. Wer den bitteren Geschmack mag, wartet einfach solange bis es bitter schmeckt.

Herkunft

Vorwiegend aus eigenem Anbau und aus der Region Oberbayern, speziell Wasserburgerland, Chiemgau

Erhitzbarkeit

70°C

Verwendung

Kalte Küche