

WIR LEBEN nachhaltig

Eine Auswahl an heimischen Ölen

Bucheckernöl wird aus Bucheckern, den Früchten der Rotbuche hergestellt und hat ein herb-nussiges Aroma. Es passt gut zu Pilzen, Salaten, Fisch und Süßspeisen.

Distelöl wird aus den Samen der Färberdistel gewonnen und enthält viel Ölsäure. Passt gut zu Wurzelgemüse, Salaten, Nudeln und Erdäpfeln.

Hanföl wird aus den Samen der Hanfpflanze gewonnen und hat einen hohen Gehalt an Gamma-Linolensäure, die selten in Pflanzen vorkommt. Es hat einen feinen fruchtigen Geschmack und passt gut zu Spargel, Aufstrichen, Schafkäse, Erdäpfeln und Salaten.

Leindotteröl wird aus den Samen des Leindotters gewonnen. Es hat einen erbsigen Geschmack und eine wertvolle Fettsäurezusammensetzung. Passt gut zu Salaten, Erdäpfeln und Gemüse. Kalt verwenden.

Leinöl wird aus den braunen Samen von Lein gewonnen. Es hat einen sehr hohen Gehalt an α -Linolensäure. Leinöl wird leicht ranzig, ist nur ca. 3 Monate haltbar und sollte im Kühlschrank aufbewahrt werden. Nicht erhitzen, sondern nur kalt verwenden oder in warme Speisen einrühren. Passt gut zu Erdäpfeln, Aufstrichen und Salaten.

Marillenkernöl wird aus Marillenkernen gewonnen und schmeckt nach Mandeln und Marzipan. Es eignet sich gut zum Verfeinern von Saucen, Desserts, Wild, Fisch und Gemüse.

Mohnöl wird durch das Auspressen der Mohnsamen gewonnen. Das Öl aus dem Samen des Blaumohns schmeckt am intensivsten, der Geschmack des Weißmohnöls ist fein nussig. Es ist reich an Linolsäure und schmeckt gut zu Spargel, Mehl- und Süßspeisen, Salaten und Erdäpfeln.

Traubenkernöl wird durch das Pressen aus den Kernen der Weintrauben gewonnen und hat einen feinen fruchtigen Geschmack. Traubenkernöl hat einen hohen Rauchpunkt. Gut geeignet zum Anbraten von Fleisch und passt gut zu Käse, Erdäpfeln, Fisch und Salaten.

Walnussöl wird durch das Pressen der Walnuskerne gewonnen und hat einen hohen Gehalt an Linolsäure. Schmeckt gut zu Salaten, Wurzelgemüse, Käse und eignet sich gut für Süßspeisen, Pestos und zum Verfeinern von Palatschinken.

Weizenkeimöl wird aus den Samenkeimen von Weizen gewonnen. Es ist reich an natürlichem Vitamin E, hat eine goldgelbe Farbe und einen typischen Geschmack nach Getreide. Schmeckt gut zu Salaten und Gemüse.