Weizenkeimöl, kaltgepresst, naturbelassen, natürlich hoher Vitamin E Gehalt, Vegan

Kaltgepresstes Weizenkeimöl

Weizenkeimöl hat einen hohen Gehalt an natürlichem Vitamin E, Analysen zeigen Werte von über 200mg/100g. Zudem enthält Weizenkeimöl Alpha-Linolensäure und weist einen hohen Gehalt an Linolsäure. Aus diesem Grund ist es von besonderem Wert für eine gesunde und nährstoffreiche Ernährung.

Unser Weizenkeimöl ist ein reines, naturbelassenes Produkt, das aus den Keimlingen des Weizens (*Triticum aestivum L.*) durch kalte Pressung gewonnen wird. Weizenkeimöl zeichnet sich durch einen besonders hohen, natürlichen Gehalt an unterschiedlichen Tocopherolen (Vitamin E) aus. Weizenkeimöl wird für die nährstoffreiche Ernährung zur gezielten Nahrungsergänzung und in der Naturkosmetik als Hautpflegeöl (bzw. als Komponente in Pflegemitteln) angewendet. Im Geschmack erinnert das Weizenkeimöl an Getreide und ist orange bis gelb-bräunlich gefärbt. Das Öl ist klar und eignet sich besonders gut für die kalte Küche. Auch in Mischungen von Speiseölen wirkt es sich positiv durch seinen hohen Vitamin E Gehalt aus. So auch in unserer Leinsamen-Weizenkeim-Vitalöl [1983].

Nach der nationalen Verzehrstudie aus dem Jahr 2008 erreichen 48 % der Männer und 49 % der Frauen die empfohlene tägliche Mindestzufuhrmenge von 15 mg Vitamin E nicht. Zahlreiche Studien belegen dass nur vollwertiges Vitamin E aus Vitamin E reichen Lebensmitteln wie Nusskernen, Traubenkernen oder Weizenkeimen einen günstigen Einfluss für unsere gesund, im Rahmen einer vollwertigen Ernährung haben, nicht jedoch chemisch synthetisiertes VItamin E, meist Alpha-Tocopherol.
Natürliches Vitamin E in Form von Misch-Tocopherolen aus Weizenkeim-Öl ist demnach deutlich wertvoller als synthetisch hergestelltes Vitamin E. Oft werden jedoch aus Preisgründen in Nahrungsergänzungen synthetische Tocopherole verwendet. Künstliches Vitamin E enthält meist nur einzelne Tocopherol Varianten und entfalten so nicht das gesamte Wirkungsspektrum des natürlich vorkommenden Vitamin E.
Zudem enthält Weizenkeimöl einen hohen Anteil an essentiellen, mehrfach ungesättigten (Omega-3) Fettsäuren. Diese Fettsäuren müssen mit der Nahrung zugeführt werden, da sie vom Körper selbst nicht hergestellt werden können.

Vorteile des Weizenkeimöls auf einen Blick

- kaltgepresstes und naturbelassenes Öl
- bekannt für seinen Vitamin E-Gehalt
- mit einem hohen Anteil an essentieller Linolsäure (Omega-6-Fettsäure)
- enthält die seltene essentielle Alpha-Linolensäure (Omega-3-Fettsäure)

Verwenden Sie Weizenkeimöl, wie andere Öle die einen hohen gehalt an ungesättigten Fettsäuren haben, am besten in der Kalten Küche. Sie können Weizenkeim-Öl etwa als Teil eines Salatdressings verwenden, zusammen mit Olivenöl, Leinöl, Hanföl oder Kürbiskernöl. Oder geben Sie einen Löffel Weizenkeimöl in Ihren grünen Smoothie.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Weizenkeimöl, kaltgepresst, naturbelassen, natürlich hoher Vitamin E Gehalt, Vegan"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	3700 kj
Brennwert kcal	900 kcal
Fett	100 g
davon gesättigte Fettsäuren	19 g