

## Arganöl

Marokkanisch, kalt gepresst, 100 % naturrein,  
aus kontrolliert biologischem Anbau

Arganöl wird aus dem ungerösteten Samen des im südwestlichen Marokko wachsenden Arganbaumes (*Argania spinosa*) nach traditioneller, aufwendiger Berberart gewonnen. Als kostbares Gourmet-Speiseöl hat es in der anspruchsvollen Küche einen festen Platz gewonnen. Arganöl besteht zu ca. 80 % aus biologisch aktiven ungesättigten Fettsäuren, insbesondere Linol- und Oleinsäuren, welche zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut beitragen (ab 10 g Linolsäure/Tag, was ca. 30 g Arganöl entspricht). Mit seinem typischen Aroma eignet es sich besonders gut zum Verfeinern von Salaten und warmen Speisen, kann aber auch pur (1-3 Teelöffel täglich) eingenommen werden. Äußerlich zur Pflege von trockener und spröder Haut gut geeignet.

### Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Brennwert: 3770 kJ / 900 kcal, Fett: 100 g, davon gesättigte Fettsäuren: < 20 g, einfach ungesättigte Fettsäuren: ca. 45 g, davon Oleinsäure: ca. 43 g, mehrfach ungesättigte Fettsäuren: ca. 40 g, davon Linolsäure: ca. 35 g, Kohlenhydrate: 0 g, Eiweiß: 0 g, Salz: 0 g

Der Verzehr von Arganöl ersetzt nicht eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

### Inhalt 100 ml

Art.-Nr.: 9520

Eti1021