

## Lebensmittel Schwarzkümmelöl 50 ml

EAN: 8410885077172    FABRICANTE: MARNYS



*Es ist das Öl der Pharaonen in flüssiger Form. Gewonnen durch Kaltpressung der Samen von Nigella sativa.*

### DESCRIPCIÓN

#### Was ist Schwarzkümmelöl für die Ernährung und wofür wird es verwendet?

MARNYS® Reines Schwarzkümmelöl wird aus den Samen von Nigella sativa durch ein Kaltpressverfahren hergestellt. Diese Beschaffungsmethode stellt sicher, dass alle Ihre Immobilien in ihrem besten Zustand bleiben.

Dieses Öl enthält mindestens 55-65 % Linolsäure und 1,28 % Thymoquinon. Linolsäure, bekannt als Omega-6, ist eine essentielle Fettsäure, die als Vorstufe für andere von der Leber synthetisierte Fettsäuren fungiert. Thymoquinon ist ein flüchtiger Bestandteil von Schwarzkümmel und gehört zur Gruppe der Benzoquinone, die nachweislich interessante bioaktive Eigenschaften haben.

MARNYS® Reines Schwarzkümmelöl hat eine hellgelbe Farbe und verströmt ein frisches und aromatisches Aroma, ähnlich dem von schwarzem Pfeffer mit einem Hauch Muskatnuss. Es eignet sich besonders für Gemüsegerichte wie Pfannengerichte, Eintöpfe und Salate sowie für den Einsatz in Back- und Konditoreiwaren. Tatsächlich ist es in Indien eine häufige Zutat im traditionellen Naan-Brot.

Schwarzkümmelsamen enthalten eine hohe Konzentration verschiedener Arten von Omega: 3, 6, 7 und 9 (wie Ölsäure, Palmitoleinsäure, Linolensäure und Linolsäure). Sie enthalten außerdem Aminosäuren wie Arginin und Leucin, Kohlenhydrate wie Glucose und Arabinose, Mineralien wie Calcium, Phosphor und Eisen, Sterole wie  $\beta$ -Sitosterol und Avanesterol, Tocopherole wie  $\alpha$ ,  $\beta$ ,  $\gamma$ , Thymoquinon, Retinol (Vitamin A) und Carotinoide wie  $\beta$ -Carotene.

Nigella sativa, allgemein bekannt als Schwarzkümmel oder Schwarzkümmel, gehört zur botanischen Familie der Ranunculaceae. Obwohl sie ursprünglich aus Süd- und Südwestasien stammt, wird sie derzeit in Gebieten wie dem Nahen Osten, Nordafrika und Südeuropa angebaut. Diese Pflanze erreicht normalerweise eine Höhe zwischen 20 und 90 cm und produziert Blüten, deren Farbe von Weiß bis Hellblau oder Lila variiert. Die Samen von N. sativa werden traditionell in verschiedenen Kulturen als Lebensmittelkonservierungsmittel, Zusatzstoffe oder Gewürze verwendet, und sein Öl wird auch wegen seiner gesundheitsfördernden Eigenschaften verwendet.

MARNYS® Reines Schwarzkümmelöl ist für Menschen geeignet, die sich vegan ernähren.



## Lebensmittel Schwarzkümmelöl 50 ml

EAN: 8410885077172    FABRICANTE: MARNYS



### Welche Eigenschaften hat Lebensmittel-Schwarzkümmelöl?

Es hat die Eigenschaft, ein gutes Lebensmittelkonservierungs-, Zusatz- oder Gewürzmittel zu sein.

### Wie setzt sich Schwarzkümmelöl für die Ernährung zusammen?

100 % Schwarzkümmelöl ( *Nigella sativa* ), gewonnen durch Kaltpressung

### Wie wird Schwarzkümmelöl für die Ernährung verwendet?

Nahrungsmittelgebrauch. 1 Teelöffel, 1-2 mal täglich, vor den Mahlzeiten oder als Zugabe zu bereits servierten Speisen (Salate, Eintöpfe oder Suppen). Nicht erhitzen. Vor Gebrauch gut schütteln.

