

Traubenkernöl

– edel, grün und gesund

Traubenkernöl ist intensiv in Farbe, Geruch und Geschmack – leicht würzig und wunderbar aromatisch. Es zählt zu den wertvollsten Speiseölen der Erde. Traubenkernöl vereint die als antioxidativ geltenden Substanzen Procyanidin (OPC), Catechin, Epicatechin, Lecithin und Vitamin E. Untersuchungen zu OPC als isoliertem Wirkstoff haben gezeigt, dass OPC einen positiven Einfluss auf die Zellgesundheit hat. Darüber hinaus besitzt OPC antiinflammatorische und antivirale Eigenschaften. Als Monowirkstoff wird OPC bereits zur Bekämpfung von Entzündungen und zur Verbesserung der Immunlage erfolgreich eingesetzt. Im Traubenkernöl befindet sich OPC in einer äußerst positiven Allianz mit den weiteren Antioxidantien.

Gut für die Libido

Manche Ärzte empfehlen ihren Patienten mit hohen Cholesterinwerten, Traubenkernöl täglich in ihre Ernährung miteinzubeziehen, da Traubenkernöl bis zu 90 Prozent ungesättigte Fettsäuren enthält. Darüber hinaus ist Traubenkernöl eine satte Vitamin E-Quelle. Es enthält dreimal mehr Vitamin E als Olivenöl. Aus Studien zu Vitamin E weiß man: Das fettlösliche Antioxidans schützt die Gefäße vor Ablagerungen, hält Muskeln und Gelenke elastisch und verbessert die Libido.



Verwendungsmöglichkeiten

Kaltgepresstes, naturbelassenes Traubenkernöl eignet sich wegen seines hohen Rauchpunktes von 220 Grad C hervorragend zur Zubereitung von Kurzgebratenem. Seine bioaktiven Wirkstoffe bleiben dabei in hohem Maße erhalten.

mecoline

HANDMADE NUTRITIONS



www.mecoline.eu

Zeefbaan 16
NL-9672 BN Winschoten
Niederlande
Telefon +31 (0) 597 - 43 64 45

Deutschland
Telefon +49 (0) 700 - MECOLINE
oder +49 (0) 700 - 63 26 54 63

Foto: © G.Burgstaller / PIXELIO



Ganzheitlicher Anspruch

Gesunde Öle

aus Traubenkernen, Leinsaat und Hanfsamen

Öle, die aus Traubenkernen, Leinsaat und Hanfsamengewonnen werden, können eine gesunde Ernährung sinnvoll ergänzen. Traubenkernöl beispielsweise wegen seines hohen OPC-Gehalts. Die Eigenschaften des Leinöls kommen vor allem im Rahmen der Öl-Eiweiß-Kost nach Budwig zur Entfaltung. Manche Mediziner empfehlen diese Ernährungsweise ihren Krebspatienten. Nicht zuletzt kann Hanföl möglicherweise vor Arteriosklerose schützen.

Auf den nächsten Seiten erfahren Sie mehr über den ernährungstherapeutischen Wert dieser Öle und deren Verwendungsmöglichkeiten.



Leinöl

– die Rückkehr
des blauen Wunders

„Komm, wir machen eine Fahrt ins Blaue!“ In der Zeit, als diese Redewendung noch gängig war, gab es noch reichlich Flachsfelder in Deutschland, die im Sommer herrlich blau blühten. Jahrzehnte von den Äckern verschwunden, erlebt die alte Kulturpflanze nun eine Renaissance. Denn ihr Öl – das Leinöl – ist Basis einer speziellen Ernährung: der Öl-Eiweiß-Kost nach Budwig (benannt nach der Chemikerin Dr. Johanna Budwig, 1908 – 2003). Manche Mediziner empfehlen ihren Patienten mit Krebserkrankungen diese Ernährungsform. Die wissenschaftliche Basis

liefert die Warburg These aus dem Jahre 1924 (benannt nach dem Zellphysiologen und Nobelpreisträger Otto Heinrich Warburg, 1883 – 1970). Der Wissenschaftler belegte, dass Tumorzellen nur durch die Vergärung von Glukose überleben können. Heute weiß man darüber hinaus, dass Tumorzellen sogar absterben, sobald die Glukosevergärung unterbrochen ist, da sie von der Glukoseversorgung als alleinigem Treibstoff abhängig sind (belegt durch den Tumorbiologen Dr. rer. nat. Johannes Friedrich Coy, Darmstadt). Das bedeutet für die begleitende Behandlung von Krebs wie auch die Krebsprävention, dass bereits über die Ernährung positiv Einfluss auf die Erkrankung genommen werden kann.

Spitzenreiter im Omega-3-Gehalt

Leinöl enthält circa 55 Prozent Omega-3-Fettsäuren, mehr als jedes andere Öl. Regelmäßig gegessen, kann Leinöl einen guten Einfluss auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit haben, auf Entzündungen und Allergien und deren Vorbeugung dienen.

Verwendungsmöglichkeiten

Leinöl ist aufgrund seiner Zusammensetzung sehr empfindlich gegenüber oxidativer Schädigung („ranzig werden“) und nicht zum Braten geeignet. Frisch hat Leinöl eine herb-nussige Note, die sich in Kombination mit Quark oder saurer Sahne harmonisch entfaltet. Um die antioxidativen Wirkstoffe zu schützen, sollte Leinöl luft- und lichtgeschützt aufbewahrt werden.

Hanföl

– rauschfreies Ernährungs-Highlight

In China und Indien liefert die wertvolle Hanfpflanze seit vielen Jahrhunderten den Rohstoff für Textilien, Speiseöl und Medizin. Bis zum Zweiten Weltkrieg war das auch bei uns. Doch dann kam die Marihuana-Prohibition und mit ihr das Ende des Hanfanbaus. Erst seit den 90er Jahren ist der Hanfanbau wieder legitim. Weil man das rauschlösende THC weitgehend aus den Pflanzen herausgezüchtet hat. Wenig später entdeckten Forscher das Hanföl als echtes Ernährungs-Highlight. Seitdem pressen die Ölmühlen den Hanfsamen wieder auf Hochtouren. Das Hanföl liefert dafür Gründe genug. Ein handfester: Hanföl enthält 70 bis 80 Prozent Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren. Und das auch noch im optimalen Verhältnis von 3:1 – für einige Experten der beste Schutz vor Arteriosklerose.

Zwei bis vier Teelöffel Hanföl täglich decken den Bedarf des Menschen an essenziellen Fettsäuren vollständig ab.

Verwendungsmöglichkeiten

Hanföl schmeckt nussig bis kräuterartig und ist ein ausgezeichnetes Salatöl. Zum Braten ist es nicht geeignet, da sich ab 165 Grad C seine Fettsäuren zersetzen. Gute Eigenschaft: Hanföl lässt sich problemlos ohne Kühlung über mehrere Monate aufbewahren.



Hinweise des Herausgebers:

Die Erkenntnisse in der Medizin und der Pharmazie unterliegen laufendem Wandel durch Forschung und Erfahrungen. Die Autorin hat große Sorgfalt darauf verwendet, dass die hier gemachten Angaben zu Wirkung, Anwendung, Dosierung und unerwünschten Wirkungen dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Dennoch kann für die Angaben keine Gewährleistung oder Garantie übernommen werden. Eine Haftung der Autorin für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden, die sich aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier dargestellten Informationen ergeben, ist ausgeschlossen. Die Informationen in diesem Faltblatt können keinesfalls eine ärztliche Diagnose oder Behandlung ersetzen. Eine Behandlung mit apotheken- oder rezeptpflichtigen Verbindungen sollte nur unter der Aufsicht erfahrener Ärzte durchgeführt werden, niemals aber im Rahmen einer Selbstmedikation von medizinischen Laien.