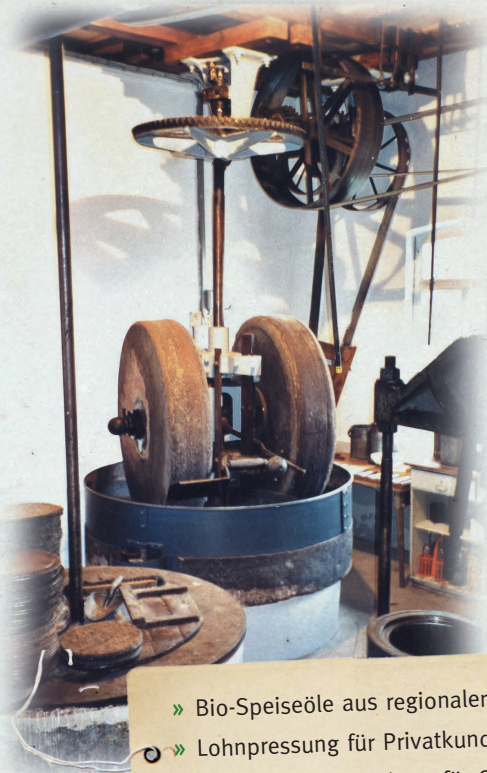


Ölmühle Illingen



- » Bio-Speiseöle aus regionalem Anbau
- » Lohnpressung für Privatkunden
- » Besichtigungsangebote für Gruppen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihre Familie Krauth

Ölmühle Illingen

Inhaber: Jürgen Krauth
Mühlstraße 1 · 75428 Illingen

Telefon (07042) 22580
info@oelmuehle-illingen.de
www.oelmuehle-illingen.de

Öko-Kontrollstelle DE-ÖKO-006



Bio-Leinöl



Pflanze

Lein oder Flachs (*Linum usitatissimum*) gehört zu den ältesten und vielseitigsten Kulturpflanzen. Die Leinpflanze blüht zumeist im Juni in zartem Blau, der Öllein wird bis zu einem Meter hoch.

Herkunft & Verarbeitung

Die Leinsaat für unsere Ölherstellung stammt nahezu ausschließlich aus Baden-Württemberg. Seit dem Jahr 2011 wird ein beträchtlicher Teil vom Bioland-Betrieb Bäuerle in Iptingen angebaut, 12 km von unserer Ölmühle entfernt. Wir pressen Leinöl im schonenden Kaltpressverfahren in kleineren Mengen mehrmals wöchentlich frisch. Das Öl wird ungefiltert abgefüllt.

Merkmale & Geschmack

Charakteristisch für Leinöl ist die tiefe, goldgelbe Färbung. Frisches Leinöl hat einen angenehm nussigen Geschmack mit feinherber Note.

Gesundheitswert

Mit 56 Prozent enthält Leinöl mehr Omega-3-Fettsäuren (Alpha-Linolensäuren) als jedes andere Lebensmittel¹. Gemäß der bekannten Therapeutin und Krebs-Forscherin Dr. Johanna Budwig gibt es kein anderes Öl, das eine ähnlich positive Wirkung auf den menschlichen Organismus hat, wie das Leinöl². Leinöl verringert nicht nur das herzinferktfördernde LDL-Cholesterin. Es macht auch die Adern elastischer und senkt so den Blutdruck³.

Verwendung

Leinöl wird vornehmlich als tägliches Naturheilmittel angewendet, weniger als klassisches Speise- und Salatöl. Empfohlen werden ein bis zwei Esslöffel Leinöl morgens, unter Joghurt, Quark oder Müsli gemischt – ein perfekter Start in den Tag! Als Klassiker gelten ebenso Pellkartoffeln mit Quark und Leinöl.

Haltbarkeit & Aufbewahrung

Der hohe Gehalt an Omega-3-Fettsäuren bedingt eine relativ kurze Haltbarkeit des Leinöls – ab Herstellungstag rund drei Monate. Kaufen Sie Leinöl daher nicht auf Vorrat, sondern in kürzeren Abständen immer frisch! Wir empfehlen auch für ungeöffnete Leinölflaschen die Aufbewahrung im Kühlschrank.

¹Men's Health 12/2008 ²Budwig, J.: Öl-Eiweiß Kost, 2013 ³Schrot und Korn, 2/2007