



Inh. Heike Fuß
Königstraße 80, 53332 Bornheim

Öffnungszeiten Mo. - Fr. 9:30 bis 18:30
Sa. 8:30 bis 13:00

Albaöl ist erhitzbar bis 220 °C, cholesterinfrei, salzfrei, glutenfrei, lactosefrei und sehr lecker, lesen Sie was die Stiftung Warentest dazu meint:



Albaöl® - Bestes Würzöl im Test!

Was versprechen Würzöle? Was halten sie? Und sind sie wirklich gesund? Die Stiftung Warentest stellte 19 Würzöle auf den Prüfstand. Albaöl® hat den Test mit Bravour bestanden und schnitt als bestes Öl ab.

Alle Öle wurden u.a. einer chemischen Analyse unterzogen und auf Schadstoffbelastung getestet. Albaöl erhielt ein „Sehr gut“ für beide Kriterien, für die chemische Analyse sogar als einziges der 19 getesteten Würzöle.

Besonders gelobt wurde auch das Albaöl® zu Grunde liegende Rapsöl. Dieses verfügt über eine ideale Fettsäurezusammensetzung: kaum gesättigte Fettsäuren, ein hoher Gehalt an Omega-3-Fettsäuren und ein mustergültiges Verhältnis der Omega-6- zu den Omega-3-Fettsäuren. Gut für Herz und Hirn, meinen die Tester.

Da das so lecker nach Butter schmeckende Albaöl® auch hitzestabil ist, lautet der Rat von Stiftung Warentest: „Albaöl ist das beste Würzöl im Test. Das Rapsöl mit Buttergeschmack ist pflanzlich und kann Butter in der warmen Küche ersetzen.“

Der ausführliche Test findet sich in der März-Ausgabe der Zeitschrift „test“ und im Internet unter www.test.de/wuerzoele.

Alba Öl wird auch seit ein paar Jahren in der Fachpresse gelobt. Zum Beispiel im Mai 2008 in der „Diabetes Zeitung“, lesen Sie hier:

Von Alpha bis Omega

Auch Fett gehört zu einer ausgewogenen und damit auch für KHK-Patienten gesunden Ernährung. Neben der Menge kommt es auch auf die richtige Zusammensetzung an, wie Fachgesellschaften wie DGK und DGE wissen.

Allein in Deutschland sind mehr als sechs Millionen Menschen an Diabetes erkrankt, Tendenz

steigend. Häufig leiden Diabetiker zusätzlich an kardiovaskulären Erkrankungen – laut Statistischem Bundesamt die Todesursache Nr. 1 in Deutschland. Das Risiko, an einer koronaren Herzkrankheit zu erkranken und einen Herzinfarkt zu erleiden, ist bei Diabeteskranken drei- bis viermal höher als bei Nichtdiabetikern. Mit einer herzgesunden Ernährung können Diabetiker zu einer Verbesserung ihrer Lebensqualität und einer Erhöhung ihrer Lebenserwartung beitragen. In der „Leitlinie: Risikoadjustierte Prävention von Herz- und Kreislauferkrankungen“ der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie wird festgestellt, dass eine „überkalorische Ernährung ... und eine ungünstige Zusammensetzung der Kost ... als wichtige Risikofaktoren für die Entstehung und einen ungünstigen Verlauf einer bestehenden koronaren Herzerkrankung“ gelten. Empfohlen wird eine kaloriengerechte, fettarme Ernährung, die reich an Obst und Gemüse ist. Fettarme Ernährung ist jedoch nicht als pauschale Fettreduzierung zu verstehen, bei der auch die protektiven Fettsäuren vermindert würden, sondern als gezielte Fettmodifizierung mit Reduktion der gesättigten, aber stärkeren Betonung der ungesättigten – besonders der Omega-3-Fettsäuren.

Günstiges Fettsäuremuster

Zahlreiche Untersuchungen und Studien in den letzten 30 Jahren haben gezeigt, dass ein günstiges Fettsäuremuster in der Nahrung zu einer Senkung des KHK-Risikos führt. Die Ernährungsgewohnheiten in den modernen Industrienationen haben jedoch zu einem Fettsäuremuster geführt, das im Krankheitsfall, aber auch im Hinblick auf die Prävention von KHK, wie folgt modifiziert werden sollte: 1. Senkung des zu hohen Gehalts an gesättigten Fettsäuren auf weniger als 7 Prozent der Gesamtkalorien. 2. Vermeidung von Transfettsäuren, die beispielsweise in Frittierölen und in geringem Umfang auch in Milchprodukten vorkommen. 3. Regulierung des Verhältnisses der Omega-6- zu den Omega-3-Fettsäuren zugunsten der Omega-3-Fettsäuren. Bei der Ernährungsumstellung der betroffenen Patienten kommt es also nicht zuletzt auf die richtige Fettqualität an. Gesättigte Fettsäuren, die überwiegend in Lebensmitteln tierischen Ursprungs wie Butter vorkommen, sollten äußerst sparsam eingesetzt und nach Möglichkeit durch pflanzliche Fette mit einer optimalen Fettsäurezusammensetzung ersetzt werden. Geschmackliche Abstriche müssen die betroffenen Patienten dennoch nicht in Kauf nehmen: Der schwedische Fetthersteller Taste of Sweden hat eine Rapsözüberbereitung entwickelt, die nicht nur alle Erfordernisse an eine optimale Fettsäurezusammensetzung erfüllt, sondern auch wie frische Butter schmeckt und riecht.

Cholesterinfreier „Butter“-genuss aus Schweden

Bei der Rapsözüberbereitung Albaöl® Health Care (HC) aus dem südschwedischen Dalby handelt es sich um schonend gepresstes schwedisches Rapsöl, dessen ernährungsphysiologischer Wert durch die Zugabe von Leinöl weiter verbessert wurde. Während der Anteil an der Omega-3-Fettsäure ω -Linolensäure bei mitteleuropäischem Rapsöl rund 9,5 Gramm pro 100 Gramm Öl beträgt, sind in 100 Gramm Albaöl HC 16 Gramm Omega-3-Fettsäure enthalten. Dadurch verschiebt sich das bereits günstige Omega-6-/Omega-3-Verhältnis mitteleuropäischen Rapsöls von 2 : 1 zugunsten der Omega-3-Fettsäuren auf 1,25 : 1. Insgesamt liegt der Anteil an ungesättigten Fettsäuren bei 93 Prozent, Albaöl HC enthält sehr wenig gesättigte Fette, keine gehärteten und keine Transfette. Das völlig cholesterinfreie Öl, das sich mit seinem Rauchpunkt von 220 °C sowohl für die kalte wie auch für die warme Küche eignet, ist der cholesterinhaltigen Butter nicht nur ernährungsphysiologisch überlegen - es hat auch küchentechnische Vorzüge: Albaöl HC kann extrem sparsam eingesetzt werden, da es im Unterschied zu Butter keine Wasserphase enthält, sehr dünnflüssig und damit äußerst ergiebig ist. Auf diese Weise wird fettreduziertes Kochen bei gleichzeitiger Sicherstellung einer ausreichenden Versorgung des Patienten mit Omega-3-Fettsäuren möglich – ohne jegliche Supplementierung. Ein knapper Esslöffel (8,5 g) Albaöl HC deckt bereits den von der DGE empfohlenen Tagesbedarf an Omega-3-Fettsäuren.
Prof. Dr. med. Nikolaus Marx auf dem Symposium in Wiesbaden.

Weitere Infos unter www.albaeol-hc.de

Produkte mit günstiger Fettsäurezusammensetzung können bei einer gesunden Ernährung helfen. Ob im Salat oder beim Braten: Mit dem richtigen Öl schmeckt's gesünder gut.

Quelle „Diabetes Zeitung“ Ausgabe Mai 2008

Auch in der Zeitung „Diabetes News“ im Januar 2008 wird Alba Öl befürwortet. Lesen Sie hier:

Quelle: „Diabetes News“ Ausgabe 1, Januar 2008

Albaöl HC kann in der Ernährungstherapie einen Beitrag leisten, indem es die Fettzusammensetzung verbessert.

Die erste, wichtigste und effektivste Behandlungsmaßnahme bei Diabetes ist die Umstellung der Ernährung. Heutzutage bedeutet dies nicht mehr, dass Typ-2-Diabetiker auf Speziallebensmittel und Supplemente zurückgreifen müssen; in den evidenzbasierten Empfehlungen für die Ernährungstherapie bei Metabolischem Syndrom und Typ-2-Diabetes, von Toeller 2007 veröffentlicht, geht es um Menge und Auswahl der Speisen. Es wird beispielsweise darauf verwiesen, dass „der Austausch von gesättigten durch ungesättigte Fettsäuren ... das LDL-Cholesterin senkt und die Insulinempfindlichkeit verbessert“. Ausdrücklich wird auch der Verzehr von Omega-3-Fettsäuren empfohlen. Hier kommt Albaöl® HC (Health Care) ins Spiel. Die schwedische Rapsölspezialität verfügt über eine günstige Fettsäurezusammensetzung: 93 Prozent ungesättigte und nur sieben Prozent gesättigte Fettsäuren, ein Omega-6- zu Omega-3-Verhältnis von 1,25 : 1 bei einem hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren von 16 Prozent. Butter dagegen enthält nur 27 Prozent ungesättigte, dafür aber 69 Prozent gesättigte Fettsäuren und 4 Prozent der ungünstigen Transfettsäuren. Viele haben jedoch geschmackliche Bedenken, wenn sie beim Kochen, Braten und Backen die „gute“ Butter durch ein nussig bis neutral schmeckendes Rapsöl ersetzen sollen. Dessen war sich die schwedische Firma Taste of Sweden bewusst, als sie im Auftrag von Ernährungswissenschaftlern und Krankenhausköchen Albaöl entwickelte – eine Rapsözübereitung mit dem unverkennbaren Geschmack frischer Butter. Die dem Produkt eigene, feine Butternote ist auch für die Variante Albaöl HC – eine Rapsöl- Leinöl-Zubereitung mit optimiertem Fettsäuremuster – kennzeichnend. Sie besitzt nicht nur eine wesentlich günstigere Fettsäurezusammensetzung als Butter, sondern ist im Unterschied zu dieser auch cholesterinfrei und enthält keinerlei Milchbestandteile, gut bei Laktoseallergie. Mit einem Rauchpunkt von 220 °C ist es universell einsetzbar und somit prädestiniert für fettreduziertes Kochen, Braten und Backen. Denn dank seiner dünnflüssigen Konsistenz lässt sich Albaöl® HC als hauchdünner Fettfilm mittels Backpinsel oder Zerstäuber auf Gargut und Bratflächen auftragen. Der Fettverbrauch wird damit erheblich reduziert, die Versorgung des Körpers mit wertvollen Omega-3-Fettsäuren aber dennoch gewährleistet. Denn schon 8,5 Gramm des Öls, das ist ein knapper Esslöffel, deckt den von der DGE empfohlenen Tagesbedarf.