



Leindotter

CAMELINA SATIVA

WISSENSWERTES

- ist nicht mit Lein verwandt
- Familie der Kreuzblütengewächse
- längere Haltbarkeit als Lein

BESONDERHEITEN ÖL

- hohe Menge an Alpha-Linolsäure (Omega-3-Fettsäure)
 - 40g/100g

AUSSEHEN

- braun, rundlich, ovale Saat

VERWENDUNG - SAAT

- Brot & Teigwaren
- Getreidebeleg
- Salaten
- als Gewürz

VERWENDUNG - ÖL

- kalte Küche
- nach Bedarf zum Kurzdünsten
- gedünstetem Gemüse
- Fisch, Tofu
- Kartoffeln
- Soßen & Dressings

GESCHMACK

- erbsig, kresseartig, mild
- ähnelt in Farbe und Geschmack Rapsöl



LUFTMÜHLE RODERSDORF