

Olive

OLEA EUROPAEA

WISSENSWERTES

- Oliven werden als ganzes zu Öl verarbeitet, wodurch es ein spezielles Pressverfahren benötigt

BESONDERHEITEN ÖL

- große Menge einfach ungesättigter Fettsäuren
- Linolsäure, Omega-3-Fettsäuren, Linolensäure, Eicosapentaensäure
- zahlreiche sekundäre Pflanzenstoffe
- Vitamin E

AUSSEHEN

- rund, ca 3-4cm lange ovale grün/schwarze Früchte mit festem Kern

VERWENDUNG - ÖL

- zum Dünsten, braten, kochen & Backen
- zu Pizza
- Pasta
- Dressings & Dips
- Salaten

GESCHMACK

- typischer fruchtiger Geschmack



LUFTMÜHLE RODERSDORF
