

Rapsöl



Rapsöl ist reich an Vitamin A. Es eignet sich hervorragend zum Braten, Backen und Frittieren. Es wird für die Herstellung von Margarine verwendet und wenn es raffiniert wird ist sein Siedepunkt mit 200 Grad sehr hoch. Das Rapsöl wird aus Samen hergestellt und zählt zu den Ölsaaten. Das Rapsöl soll als nachwachsender Rohstoff auch eine echte Alternative zum Erdöl werden, schon heute ist es möglich mit ein paar kleinen Umbauten einen Dieselmotor mit Rapsöl zu betreiben.

Es hat wenig Eigengeschmack und überdeckt so nicht den Geschmack von Salaten. Durch seine besondere Fettsäurezusammensetzung gilt Rapsöl als noch gesünder als das beliebte Olivenöl und da es einen sehr hohen Siedepunkt hat ist es neben dem Olivenöl das zweitwichtigste Öl, das in keinem Haushalt fehlen sollte. Während Olivenöl einen fruchtigen Eigengeschmack hat und dadurch Salate und Speisen mitprägt ist Rapsöl durch seinen neutralen Geschmack hervorragend geeignet für Marinaden und zum braten von Fisch. Probieren sie doch auch mal mit Rapsöl einen Rührteig zu backen statt mit Butter. Einfach 1/5 weniger Öl als Butter benutzen.

Es gibt noch eine ganz besondere Variante des Rapsöls, das Rapskernöl auch Olivenöl des Nordens genannt. Beim Rapskernöl wird vor der Verarbeitung die schwarzen Schalen abgeschält, so das keine Bitterstoffe in das Öl gelangen.