

# Steirisches Kürbiskernöl

Gesundheit & Ernährung



- aus der Steiermark
- Erstpressung
- reich an ungesättigten Fettsäuren

Das steirische Kürbiskernöl ist von besonders hoher Güte und zeichnet sich durch seinen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren (über 80 %) aus. Weiter enthält es die wichtigen Vitamine A, B, D und E sowie wertvolle Spurenelemente. Zur Verwendung auf Salaten und zur Verfeinerung von Suppen und Soßen. Kürbiskernöl hat ein feines nussiges Aroma.

## Inhaltsstoffe

steirisches Kürbiskernöl aus Erstpressung

Kann Spuren von **Walnuss**-, **Haselnuss**- und **Sesam**öl enthalten

## Anwendungs- und Dosierhinweise

Zur Aufbewahrung sollte es dunkel stehen, am besten im Kühlschrank, da Sonneneinstrahlung das Öl bitter macht.

Herkunftsland: Österreich

## Nährwerttabelle

	pro 100 ml
Brennwert / Energie	3663kJ / 891 kcal
Fett	99 g
davon:	
- gesättigte Fettsäuren	17 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren	32 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	50 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	0 g
Salz	0 g

Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ / 2000 kcal)