

September 2020 bis Februar 2021

SORTIMENT

Speiseöle · Vitalöle · Würzöle · Essige · Aufstriche · Mehle & Samen · Kerne & Nüsse · Naturkosmetik




**ÖLMÜHLE
SOLLING**



MÜHLENFRISCHE BIO-QUALITÄT AUS DER FAMILIENMANUFAKTUR

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

Wir sind die Ölmühle Solling, die familiengeführte Manufaktur für mühlenfrische Bio-Ölspezialitäten und -Feinkost. Werte wie Bio, Nachhaltigkeit und soziale Fairness bestimmen unser unternehmerisches Handeln. Gegründet wurde der niedersächsische Betrieb 1996 von den Bio-Pionieren Gudrun und Werner Baensch, geführt wird er heute in zweiter Generation von den Geschwistern Sarah und Sebastian Baensch. Zum Team der Ölmühle Solling gehören 60 Mitarbeiter.

In unserem Sortiment finden sich nahezu 100 verschiedene Bio-Speiseöle, eine große Auswahl an Essigspezialitäten, Aufstrichen, Nussmehlen und vielen weiteren Feinkostprodukten sowie unserer Solling Naturkosmetik. Traditionelle Herstellungsverfahren werden durch lebensmitteltechnologische Standards in der Qualitätssicherung ergänzt. »Mühlenfrisch« ist dabei einer unserer Qualitätsansprüche: Die Bio-Rohware wird so erntefrisch wie möglich verarbeitet, direkt abgefüllt und umgehend versendet.

Überzeugen Sie sich selbst von der Qualität und dem feinen Geschmack unserer Produkte. Über Ihren Besuch freuen wir uns und laden Sie in unsere Mühlenläden in Boffzen und Köln zum Probieren ein. Unter oelmuehle-solling.de finden Sie außerdem viele Informationen und Rezeptideen zu unseren Produkten.

Wir wünschen viel Freude beim Entdecken und Genießen.

Herzlichst,

Werner Baensch
Sebastian Baensch
Sarah Baensch
Gudrun Baensch

Werner, Sebastian, Sarah und Gudrun Baensch
und das Team der Ölmühle Solling



INHALT



UNSERE ÖLMÜHLE	06
Mühlenläden und Führungen	09
Bestellen und Service	10
SORTENREINE SPEISEÖLE	11
Arganöl aus Marokko	13
Kokosspezialitäten	14
Anwendungstipps für Kokosöl	15
Rotes Palmöl Naturland Fair aus Ghana	17
Olivenöle	18

Olivenöl Fair Trade aus Palästina	19
VITALÖLE	22
MCT-Kokosöl <i>Neu</i>	24
Omega DHA Öle	25
Vitamin D Öl <i>Neu</i>	26
WÜRZÖLE	27
KOKOSWÜRZÖLE	34



26



36



48



51

ESSIGE	35	SOLLING NATURKOSMETIK	51
Fruchtige Essigcremes <i>Neu</i>	36	Anwendungstipps	56
VERSCHENKEN & PROBIEREN	41	SOLLING TIERNÄHRUNG	58
Fruchtige Renner <i>Neu</i>	42	Bücher & Broschüren	59
AUFSTRICHE	44	Ansprechpartner	60
MEHLE, PULVER & SAMEN	45	ÖLFINDER	62
Unsere Pulvervielfalt <i>Neu</i>	48	Allgemeine Geschäftsbedingungen	66
KERNE & NÜSSE	50		



TRADITION UND ZUKUNFT

SEIT 24 JAHREN STEHT DIE ÖLMÜHLE SOLLING ALS FAMILIENBETRIEB FÜR KULINARISCHE KÖSTLICHKEITEN, ENGAGEMENT FÜR BIO UND GELEBTES MITEINANDER.

Wie wollen wir leben? Was erfüllt uns mit Sinn? Diese Fragen stellen sich Gudrun und Werner Baensch, als sie 1996 nach spannenden Jahren im Entwicklungsdienst mit ihren Kindern Sebastian und Sarah ins heimatische Weserbergland zurückkehren. Die Bio-Pioniere sind sich sicher, dass für sie nur ökologisch erzeugte Produkte in Frage kommen. In einem Projekt sammelten sie erste Erfahrungen mit dem Handwerk der Kaltpressung von Ölen. Werner Baensch, seines Zeichens Lebensmitteltechnologe, beginnt sich intensiv mit der Herstellung von Bio-Ölen zu beschäftigen. Die erste Spindelpresse wird angeschafft, das erste Öl, ein natives Sonnenblumenöl, gepresst.

KREATIVITÄT UND BEGEISTERUNG

Das Sortiment erweitert sich schnell: Raps- und Leinöl, sogar Pflaumenkern- und Mohnöl werden gepresst. Verkauft werden die ersten Öle aus der Ölmühle Solling auf Märkten, Hofesten und in kleinen Naturkostläden. Die Qualität der Öle spricht sich schnell herum. Die Gründerjahre stehen ganz im Zeichen von Wachstum und Entwicklung. Zu den Ölen aus heimischen Ölsaaten und Nüssen kommen Spezialitäten aus ganz Europa und Übersee hinzu.

Ein Durchbruch und eine enorme Bereicherung des Sortiments ist die Entwicklung der Würzöle, die, wie sich Werner Baensch erinnert, im Zuge eines kreativen Experiments entstanden. Ölmüller Werner Baensch ist in jenen ersten Jahren zusätzlich noch als Öko-Inspektor und projektberatender Ingenieur tätig. In Samoa und Sri Lanka betreut und unterstützt er Frauengruppen und Forschungsstätten bei der Verwertung von Kokosnüssen und entwickelt dabei neue, produktschonende Verfahren zur Herstellung von nativem Kokosöl. Unter seiner Mitwirkung entstehen die ersten Produktionsstätten für das feine Öl aus der Kokosnuss in Sri Lanka. Schon wenig später erhält das erste fair gehandelte, native Kokosöl die begehrte

Naturland Zertifizierung. Bis heute bietet die Ölmühle Solling ein umfangreiches Sortiment mit zahlreichen Bio-Kokos-spezialitäten.

ENTWICKLUNG LEBEN

Nachdem die Gründer die ersten beiden Jahre ganz alleine geschultert hatten, kommen im Laufe der Jahre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter hinzu. Viele von ihnen sind bis heute in der Ölmühle tätig. Kontinuität und Verlässlichkeit kennzeichnen auch die Beziehungen zwischen der Ölmühle Solling und den mit ihr verbundenen Lieferanten und Projekten. Kein Wunder, dass das stetig wachsende Unternehmen auch mehrere Umzüge hinter sich hat: Vom winzigen Raum mit einem Regal voller Ölf Flaschen über die ersten »richtigen« Betriebsräume in Bevern bis zur Niederlassung am heutigen Firmensitz in Boffzen. Im Sommer 2018 folgte der Umzug in den Neubau, direkt auf dem Nachbargrundstück.

GENERATIONSWECHSEL

Die Geschwister Sebastian und Sarah Baensch sind mit und in der Ölmühle Solling aufgewachsen. Sie erleben das Handwerk von Anfang an hautnah, sind dabei auf Märkten und



Messen. Seit Herbst 2014 ist Sebastian Baensch (33) Geschäftsführer der Ölmühle Solling, seit Sommer 2020 ergänzt seine Schwester Sarah (29), die Geschäftsführung. Durch die Nachfolge innerhalb der Familie werden nicht nur Produktion und Arbeitsplätze, sondern auch die ideellen Werte und die Produktphilosophie der handwerklich arbeitenden Bio-Manufaktur gesichert und in die Zukunft getragen. Die El-

ten bezogen. Auf dem 14.000 Quadratmeter großen Grundstück im niedersächsischen Weserbergland haben Produktion, Büros und ein großzügiges Besucherzentrum mit Mühlenläden, Seminarräumen und Mühlengarten ihren Platz gefunden. Das erste Mal seit Bestehen der Ölmühle Solling hat das Unternehmen ein »eigenes Zuhause«, maßgeschneidert auf die Bedürfnisse der anspruchsvollen Produktion. Davon ver-



MIT LIEBE UND SORGFALT

Sebastian und Werner Baensch bei der Qualitätskontrolle

**LIEBEVOLL
HANDWERKLICH**

KLEINE CHARGEN, MÜHLENFRISCH

Die Ölmühle Solling ist eine echte Manufaktur

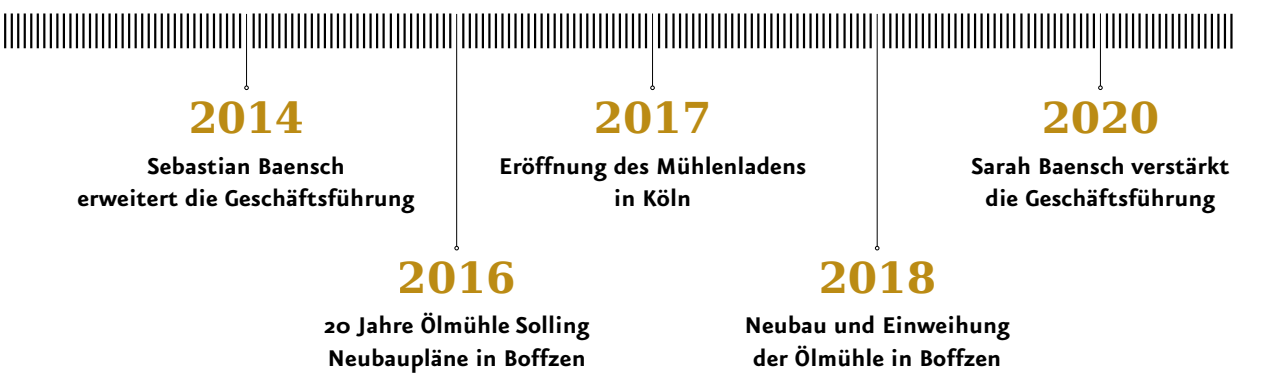
tern und Gründer Gudrun und Werner Baensch genießen die Freiheit, sich aus den täglichen Routinen ein wenig zurückziehen zu können und sich wieder verstärkt um die Entwicklung neuer Projekte in aller Welt zu kümmern.

IN DIE ZUKUNFT INVESTIEREN

Der Zuspruch der Menschen zu edlen Bio-Köstlichkeiten und das Engagement der jungen Generation ermutigen die Familie Baensch, nachhaltig in die Zukunft vor Ort zu investieren. Vor rund zwei Jahren wurden die neuerbauten Räumlichkei-

spricht sich die handwerklich arbeitende Manufaktur noch mehr Flexibilität – nicht für mehr Masse, sondern für Klasse und frisch hergestellte Produkte.

Als handwerklich und ökologisch arbeitender Betrieb ist die Ölmühle Solling seit jeher ein beliebtes Einkaufs- und Ausflugsziel. Auch die Familie Baensch sieht sich in der Landschaft rund um den Solling tief verwurzelt. Mit der neuen Ölmühle Solling möchte sie nicht zuletzt einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen hier immer wieder gerne herkommen.





WERTE LEBEN, WERTVOLLES ERZEUGEN

TRADITIONELLES HANDWERK MIT BIO-QUALITÄT

Was würde alle Sorgfalt bei der Herstellung nutzen, wenn die Zutaten durch Kunstdünger gedopt, mit Pestiziden behandelt oder genmanipuliert wären? Deshalb setzt die Ölmühle Solling konsequent auf Bio-Rohstoffe. Hier ist das traditionelle Handwerk der Ölmüllerei noch lebendig. Die Öle werden schonend mit kleinen Spindelpressen gewonnen. Auch beim Abfüllen, Etikettieren und Versenden ist noch viel Handarbeit im Spiel.

MÜHLENFRISCH UND GANZHEITLICH

Nicht nur die Zutaten sollen so frisch wie möglich sein. Auch das fertige Öl soll schnell und in seiner besten Form beim Kunden ankommen. Die guten Inhaltsstoffe wie mehrfach ungesättigte Fettsäuren, Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe bleiben bestmöglich erhalten – so leisten die wertvollen Öle einen wichtigen Beitrag zu einer vollwertigen Ernährung. Die kaltgepressten Bio-Öle werden immer nur in kleinen Chargen nach Bedarf hergestellt, direkt abgefüllt und versendet – eben mühlenfrisch.

QUALITÄT OHNE KOMPROMISSE

Alle Ölspezialitäten werden rein mechanisch und ohne die Zufuhr von Hitze kaltgepresst. Anschließend werden sie schonend filtriert. Chemische oder aggressive Verfahren wie Entsäuern, Bleichen oder Desodorieren kommen grundsätzlich nicht zur Anwendung. Produktion und Entwicklung werden von Diplom-Lebensmitteltechnologern geleitet. Eine aufwendige Qualitätssicherung durchzieht den gesamten Produktionsprozess von der Wareneingangskontrolle bis zum Rückstellmuster. Zusätzlich lässt sich die Ölmühle Solling ihre Qualität regelmäßig von externen Prüflaboren und Kontrollstellen bestätigen.

REGIONAL, GLOBAL UND FAMILIÄR

Ob Raps aus Deutschland oder Kokosnüsse aus Sri Lanka: Die Ölmühle Solling legt Wert auf ein langfristiges, von gegenseitigem Respekt geprägtes Verhältnis zu Lieferanten. Sie pflegt intensive persönliche Kontakte zu zahlreichen Anbauprojekten in aller Welt. Wertschätzung und Langfristigkeit sind auch innerhalb des Teams wichtig. Hier arbeiten rund 60 Menschen ganz unterschiedlicher Herkunft zusammen.

INNOVATIV UND VERNETZT

Die Ölmühle Solling bietet eine kulinarische Vielfalt an Ölspezialitäten. Durch Kreativität, Neugier, umfassendes Wissen und gute Kontakte zu Lieferanten und Bauern sorgt das Produktentwicklungsteam um Werner Baensch immer wieder für neue kulinarische Erlebnisse. Der Familienbetrieb ist seit seiner Gründung Partner des ökologischen Anbauverbands Naturland, der mit strengen Richtlinien und Kontrollen für besonders konsequente und nachhaltige Bio-Qualität steht. Bereits seit 2007 unterstützt die Ölmühle Solling Slow Food Deutschland e. V.

KLIMAFREUNDLICH UND RESSOURCENSCHONEND

Die Ölmühle Solling wird mit Öko-Strom von Naturstrom betrieben. Im gesamten Produktionsprozess spielt Nachhaltigkeit eine große Rolle. So deckt die Photovoltaikanlage im neuen Betrieb den gesamten Energiebedarf der Ölpresen ab. Pakete werden sparsam und mit wiederverwertbaren Materialien verpackt.



GENUSS VOR ORT ERLEBEN

ENTDECKEN UND PROBIEREN SIE IN UNSEREN MÜHLENLÄDEN EDLE ÖLE, FEINE SPEZIALITÄTEN UND HOCHWERTIGE NATURKOSMETIK. DAZU GIBT ES SACHKUNDIGE BERATUNG UND JEDE MENGE TIPPS.



Unser Mühlenladen in Boffzen lädt zum Entdecken und Probieren ein. Foto: Jana Wenderoth | Ölmühle Solling

MÜHLENLADEN BOFFZEN

Wir laden Sie herzlich ein, unseren Mühlenladen in Boffzen zu besuchen. In gemütlicher Atmosphäre finden Sie hier das vollständige, mühlenfrische Sortiment der Ölmühle Solling, das Sie wie gewohnt entdecken und probieren können. Freuen Sie sich außerdem auf eine große Auswahl an Bio-Feinkost sowie Pflegeprodukten unserer Solling Naturkosmetik.

Verbinden Sie einen Ihrer Besuche in Boffzen doch gleich mit einer gebuchten Informationsveranstaltung rund ums Thema Öl, bei der Sie alles Wissenswerte erfahren, wie unsere Bio-Öle gepresst werden und worauf es bei der Herstellung ankommt. Gleichzeitig erhalten Sie wertvolle Verwendungstipps und können unsere Ölvelfalt probieren.

Für Mühlenführungen in Boffzen vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns: T 0 52 71.9 66 66-0 oder besucher@oelmuehle-solling.de

Mühlenladen Boffzen

Höxtersche Straße 3, 37691 Boffzen
T 0 52 71.9 66 66-0

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 9.00 – 17.30 Uhr
Samstag 9.30 – 14.30 Uhr



MÜHLENLADEN KÖLN

Im Mühlenladen in der Kölner Innenstadt am Friesenwall haben Sie die Möglichkeit die Ölvelfalt aus der Ölmühle Solling kennenzulernen. In dem ansprechenden Fachgeschäft finden Sie neben dem Gesamtsortiment der Ölmühle Solling auch feine Bio-Spezialitäten und Naturkosmetik.

Gegründet wurde das kleine Fachgeschäft im Juni 2017 von Sarah Baensch. Heute wird es von einem fünfköpfigen Team liebevoll betreut. Auch in Köln können Sie unsere Ölvelfalt probieren.

Mühlenladen Köln

Friesenwall 29, 50672 Köln
T 02 21.29 84 88 78

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 11.00 – 19.00 Uhr
Samstag 11.00 – 18.00 Uhr





EINKAUFEN · BESTELLEN · SERVICE

DIE PRODUKTE DER ÖLMÜHLE SOLLING ERHALTEN SIE
IN AUSGEWÄHLTEN BIO-LÄDEN UND -FACHGESCHÄFTEN ODER DIREKT BEI UNS.

BESTELLUNG UND BERATUNG

Montag bis Freitag 8 – 17 Uhr

Telefon 05271.9 66 66-0

Webshop oelmuehle-solling.de

E-Mail info@oelmuehle-solling.de

Fax 05271.9 66 66-66

Mehrwertsteuersenkung 2020

Bis Ende 2020 sinkt die Mehrwertsteuer in Deutschland von 19 auf 16 Prozent bzw. 7 auf 5 Prozent. Gerne möchten wir die Reduzierung direkt an Sie weitergeben. Aus technischen Gründen können wir in unserem Katalog nur die herkömmlichen Bruttopreise abbilden. Den reduzierten Betrag Ihrer Bestellung finden Sie auf Ihrer Rechnung.

Unser Service für Sie:

- portofreier Versand innerhalb Deutschlands schon ab 39 € Warenwert
- nur 3,90 € Versandkosten innerhalb Deutschlands
- 8% Wertrabatt ab 120 € Warenwert
- Kanister auf Anfrage
- mühlenfrische Lieferung innerhalb weniger Tage
- bequem und sicher bezahlen auf Rechnung, mit Bankeinzug oder im Webshop mit PayPal

Kompostierbares Verpackungsmaterial

Wir verwenden biologisch abbaubares Füllmaterial flo-pak BIO 8 aus Maisstärke, das im Kompost entsorgt werden kann, sofern Ihr Entsorger keine Sonderregelung festgelegt hat.

Einfaches Dosieren mit dem Springdosierer

Unsere 100, 250 und 500 ml Flaschen sind mit einer praktischen Dosierhilfe ausgestattet. Das sich von selbst aufrichtende Röhrchen lässt sich mit der Verschlusskappe wieder im Flaschenhals versenken. Damit lassen sich die Öle tropfenweise dosieren und über die Speisen träufeln. Außerdem schützen unsere dunklen Flaschen aus Glas die wertvollen Öle vor Sonnenstrahlen.



Informationen und Rezepte

Ausführliche Informationen zu unseren Produkten, Lieferanten und Projekten finden Sie auf unserer Website. Dort warten außerdem zahlreiche Rezeptideen, auch als PDF zum Herunterladen, und Wissenswertes zu unseren Ölen auf Sie.

Verschenken Sie reinsten Bio-Genuss

Mit einem Gutschein können Ihre Lieben ihr Geschenk ganz einfach selbst aus unserer Ölviefalt wählen. Gutscheine erhalten Sie in unseren Mühlenläden und in unserem Online-shop oelmuehle-solling.de



Entdecken Sie auch unsere Geschenksets. Mehr auf Seite 41.



Lebensmittel-Informationsverordnung

Die Lebensmittel-Informationsverordnung (LMIV) 1169/2001 sieht vor, allen Kunden vorgeschriebene Informationen wie Zutatenverzeichnisse, Nährwertangaben und Allergenhinweise vor dem Kauf zur Verfügung zu stellen. Daher veröffentlichen wir alle verpflichtenden Angaben zu den einzelnen Produkten auf oelmuehle-solling.de

SORTENREINE SPEISEÖLE



FEINSTE ZUTATEN FÜR BESTE QUALITÄT. Handwerklich und mühlenfrisch verarbeiten wir Ölsaaten und Nüsse in unserer Manufaktur zu kaltgepressten, naturbelassenen Bio-Speiseölen. Durch die schonende Verarbeitung bleiben der vollmundige Geschmack ebenso wie die wertvollen Inhaltsstoffe unserer Öle vollständig erhalten. Unsere Speiseöle überzeugen nicht nur geschmacklich, sondern bringen auch essenzielle ungesättigte Fettsäuren, Vitamine und sekundäre Pflanzenbegleitstoffe mit. In unsere Spindelpressen wandern neben klassischen Ölfrüchten wie Mandeln, Sonnenblumenkernen und Rapssaat auch kulinarische Besonderheiten wie Pflaumenkerne und Senfkörner. Was bei uns nicht wächst, das beziehen wir von Bio-Landwirten und dauerhaften Anbauprojekten aus der ganzen Welt, die wir persönlich kennen. Neugierig? Rund 30 sortenreine Speiseöle laden zum Genießen und Entdecken ein.

APRIKOSENKERNÖL NATIV



Aus den aromatischen Kernen vollreifer Aprikosen mühlenfrisch kaltgepresst. Aprikosenkernöl hat einen dezenten, lieblichen Duft und Geschmack nach Mandeln und ähnelt auch in seiner Zusammensetzung dem Mandelöl. Es verleiht nicht nur Süßspeisen, sondern auch Salatsaucen eine feine und edle Note.



**Dressing • Süßspeisen
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
26711	100 ml Flasche (7,90 € / 100 ml)	7,90

AVOCADOÖL AUS FRUCHTFLEISCH



Dieses ansprechend grüne Öl wird schonend aus dem Fruchtfleisch vollreifer Avocados gewonnen. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe erhalten. Avocadoöl ist hochechitzbar und auch zum Braten von Fisch, Fleisch und Geflügel geeignet. Besonders zu Süßkartoffeln passt der arttypische Geschmack.



**Braten • Frittieren • Dünsten
Marinieren • Dressing**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
27711	100 ml Flasche (7,90 € / 100 ml)	7,90

BRATÖL NATIV . HOCH ERHITZBAR



Unser High Oleic Bratöl wird aus geschälten Sonnenblumenkernen mühlenfrisch kaltgepresst und hat einen milden und dezenten Geschmack. Durch seinen hohen Ölsäuregehalt ist es besonders hitzestabil. Deshalb eignet es sich für alle Fälle, in denen es in der Küche heiß hergeht.



**Braten • Backen • Frittieren
Dünsten • Marinieren**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
19721	250 ml Flasche (1,58 € / 100 ml)	3,95
19751	500 ml Flasche (11,80 € / 1 l)	5,90

BUHECKERNÖL AUS WILDSAMMLUNG

Für diese wohlschmeckende Rarität unter den Speiseölen werden Bucheckern aus Wildsammlung mühlenfrisch schonend gepresst. Besonders köstlich schmeckt es zu Salaten, Wild- und Pilzgerichten. Hinweis: Dieses Öl stammt aus Wildsammlung und ist deshalb nicht bio-zertifiziert. Nur solange der Vorrat reicht.



**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18011	100 ml Flasche (19,90 € / 100 ml)	19,90

DISTELÖL NATIV



Distelöl wird aus den geschälten Samen der Färberdistel aus kontrolliert biologischem Anbau mühlenfrisch kaltgepresst. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe und der sortentypische Geschmack besonders gut erhalten. Es enthält zirka 80 g Linolsäure pro 100 g.



Dünsten • Dressing • Dips und Soßen

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14251	500 ml Flasche (27,60 € / 1 l)	13,80

HUMMUS MIT BUCHECKERNÖL

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

400 g Kichererbsen aus der Dose, 2 Knoblauchzehen, 3 EL Sesammus, 3 EL Gemüsebrühe, 2 EL Limettensaft, 2 TL Ras el Hanout Kokoswürzöl, Koriander, 3 EL Bucheckernöl

ZUBEREITUNG

Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen. Knoblauchzehen schälen. Kokoswürzöl für 2 Minuten in einer Pfanne flüssig werden lassen. Kichererbsen, Knoblauch, Sesammus, Gemüsebrühe, Limettensaft und das flüssige Kokoswürzöl in einem Mixer zu einer gleichmäßigen Masse pürieren. Mit frischem Koriander garnieren und mit Bucheckernöl beträufeln.





WERTVOLLES ARGANÖL AUS MAROKKO



Der Arganbaum wächst heute nur noch auf rund 820.000 Hektar im südwestlichen Marokko. Seine Kerne liefern ein wertvolles Öl, das in seinem Herkunftsland als das »flüssige Gold Marokkos« bezeichnet wird. Das Verarbeiten der Arganfrüchte ist in Marokko traditionell Frauensache und die Ölgewinnung ist harte Arbeit, denn die Früchte werden Stück für Stück aufgesammelt und in Handarbeit aufgeklopft. Um einen Liter Arganöl zu pressen, werden rund dreißig Kilogramm Arganfrüchte benötigt. Die Erhaltung der traditionellen Bewirtschaftung liegt uns am Herzen. Unser Bio-Arganöl stammt aus einer kleinen Manufaktur in der Nähe von Agadir, die mit Frauenkooperativen in Essaouira und Ait Baamrane/Sidi Infi zusammenarbeitet und dort Arbeitsplätze sichert.

ARGANÖL GERÖSTET



Dieses edle Arganöl wird aus marokkanischen Argannüssen, die von Hand geerntet, geknackt und anschließend geröstet werden, kaltgepresst. Das »flüssige Gold Marokkos« ist als Nahrungsergänzungsmittel reich an ungesättigten Fettsäuren. In Marokko wird es traditionell zum Verfeinern nordafrikanischer Gerichte verwendet.

**Dünsten • Dressing • Süßspeisen
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
15411	100 ml Flasche (9,50 € / 100 ml)	9,50
15421	250 ml Flasche (7,56 € / 100 ml)	18,90

ARGANÖL NATIV



Aus ungerösteten Nüssen des marokkanischen Arganbaums, die traditionell von Hand geerntet und geknackt werden, kaltgepresst. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe besonders gut erhalten. Arganöl ist eine edle Rarität und als Nahrungsergänzungsmittel reich an ungesättigten Fettsäuren und eine wertvolle Quelle für Vitamin E.

**Dünsten • Dressing • Süßspeisen
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
25411	100 ml Flasche (9,50 € / 100 ml)	9,50
25421	250 ml Flasche (7,56 € / 100 ml)	18,90

HASELNUSSÖL GERÖSTET



Eine Ölspezialität aus sanft gerösteten Haselnüssen, die mühlenfrisch und schonend gepresst werden. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe und der sortentypische Geschmack besonders gut erhalten. Dieses kräftig-nussige Öl ist für Süßes und Herzhaftes gleichermaßen gut geeignet.

**Braten • Dünsten • Dressing
Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
10811	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90
10821	250 ml Flasche (5,56 € / 100 ml)	13,90

HASELNUSSÖL NATIV



Mühlenfrisch kaltgepresst aus ungerösteten Haselnüssen. Im Vergleich zu unserem Haselnussöl aus gerösteten Nüssen, ist das native Öl aus Haselnüssen etwas milder im Geschmack. Das goldgelbe Öl schenkt kalten und warmen Gerichten eine edle Nussnote.

**Backen • Dünsten • Dressing
Süßspeisen • Müsli • Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16211	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90

KOKOSÖL NATIV

Unser natives Kokosöl wird schonend aus vollreifen, getrockneten Kokosnüssen gewonnen. Es ist hoch erhitzenbar, aber auch eine ideale Alternative zu Butter und Margarine.



Braten • Backen • Frittieren
Aufstrich
Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18231	30 ml Glas (3,33 € / 100 ml)	1,00
18219	100 g Glas (3,90 € / 100 g)	3,90
18221	250 ml Glas (2,36 € / 100 ml)	5,90
18251	500 ml Glas (19,80 € / 1 l)	9,90
18203	1 l PE-Becher (18,90 € / 1 l)	18,90
18271	1 l Glas (17,90 € / 1 l)	17,90
18202	1 l Bügelglas (19,90 € / 1 l)	19,90

KOKOSBLÜTENZUCKER

Unser Kokosblütenzucker wird aus dem Nektar der Kokosblütenknospe hergestellt. Er wird im Organismus langsamer abgebaut als andere hochglykämische Süßungsmittel (z. B. Rohrzucker) und ist deshalb auch ausgezeichnet für Diabetiker geeignet. Der Zucker hat einen kräftigen, karamellartigen Geschmack und süßt sowohl Getränke als auch Speisen.



Backen • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
58521	170 g Glas (2,29 € / 100 g)	3,90
58531	350 g Glas (19,71 € / 1 kg)	6,90

KOKOSÖL AUS DER GANZEN NUSS

Das einzige Bio-Kokosöl mit Naturland Fair Zertifizierung aus anerkannt fairem Handel aus unserem Partnerprojekt in Sri Lanka. Schonend gewonnen aus vollreifen, ganzen Kokosnüssen samt brauner Samenhaut. Es hat einen kräftigen, nussigen Geschmack.



Braten • Backen • Frittieren
Dünsten • Marinieren



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
15831	30 ml Glas (3,33 € / 100 ml)	1,00
15821	250 ml Glas (2,36 € / 100 ml)	5,90
15855	500 ml Glas (19,80 € / 1 l)	9,90
15851	1 l Bügelglas (19,90 € / 1 l)	19,90
61161	2 x 1 l Bügelglas (19,50 € / 1 l)	39,00

KOKOSNÜSSE AUS SRI LANKA

Da die Gründer der Ölmühle, Gudrun und Werner Baensch, viele Jahre in landwirtschaftlichen Entwicklungsprojekten tätig waren, liegt ihnen die Unterstützung des ökologischen Anbaus und fairen Handels am Herzen. Die Ölmühle Solling unterstützt seit 2004 das Naturland Fair zertifizierte Partnerprojekt »Serendipol« in Sri Lanka.

Der Anbau und die Verarbeitung von Kokosnüssen sind für die dortige Landwirtschaft ein wichtiger Faktor. Rund 1.300 Farmer haben sich zusammengeschlossen und bewirtschaften über 8.200 Hektar Bio-Kokosplantagen. So entstehen wichtige Arbeitsplätze in der Landwirtschaft vor Ort. Durch faire Bezahlung der Arbeitskräfte und ökologische Bewirtschaftung der Plantagen werden Voraussetzungen für eine nachhaltige Entwicklung in der Region geschaffen.

KOKOSMEHL TEILENTÖLT

Kokosmehl wird aus frischem Kokosnussfleisch hergestellt, das getrocknet, entölt und fein vermahlen wird. Es enthält noch 10 g Kokosöl pro 100 g, ist reich an pflanzlichem Eiweiß und weist einen Gehalt von 34 g an Ballaststoffen pro 100 g auf. Die verwendeten Kokosnüsse stammen von Erzeugerbetrieben in Sri Lanka und den Philippinen. Glutenfrei.



Backen
Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
48253	500 g Beutel (9,90 € / 1 kg)	4,95

KOKOSRASPEL

Erntefrische Kokosnüsse werden fein geraspelt und getrocknet. Durch die schonende Verarbeitung bleiben der authentische Kokosduft und -geschmack sowie die natürlichen Vitamine und Mineralstoffe in ihrer besten Form erhalten. Die Kokosraspeln sind von Natur aus frei von Gluten, Laktose und Cholesterin. Sie werden weder geschwefelt noch gebleicht.



Backen • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
48256	300 g Beutel (16,50 € / 1 kg)	4,95



VIELSEITIGES KOKOSÖL

WERTVOLLE TIPPS ZUR ANWENDUNG

1

ZUM BRATEN, BACKEN, DÜNSTEN UND FRITTIEREN

Das Öl aus der Kokosnuss ist ideal für heiße Temperaturen geeignet und wegen seiner Fettsäurezusammensetzung besonders hitzestabil. Die milde Kokosnote passt sowohl zu herzhaften als auch zu süßen Speisen.

2

BUTTER-ERSATZ

Kokosöl enthält Eiweiß, Vitamine, Mineralien und Ballaststoffe. Durch seine cremige Konsistenz ist es als Brotaufstrich sowie Buttersatz bestens geeignet und ersetzt Butter ebenso als Zutat in vielen Backrezepten.

3

HAUTPFLEGE

Naturbelassenes Kokosöl ist die ideale Feuchtigkeitspflege für jeden Hauttyp. Es dringt schnell in die Haut ein, hält dort länger als Cremes, die auf der Basis von Wasser hergestellt werden und belastet die Haut nicht mit Duft- oder Konservierungsstoffen.

4

PFLEGE FÜR DAS HAAR

Kokosöl ist ein echtes Talent, wenn es um die Pflege der Haare geht: mit seiner feuchtigkeitsspendenden Wirkung schenkt es Haar und Kopfhaut Pflege und Schutz vor Umwelteinflüssen. Ganz einfach in das feuchte Haar einmassieren, einwirken lassen und mit einem milden Shampoo auswaschen.

5

LIPPENPFLEGE

Als naturbelassene Pflege der Lippen, die völlig frei von Farb- und Duftstoffen ist, verleiht Kokosöl ein zartes und gepflegtes Hautgefühl. Es entfernt auch langanhaltende Lippenstifte und pflegt neben der Reinigung die sensible Haut der Lippen.

6

MUNDHYGIENE

Das Öl findet auch in der ayurvedischen Methode, dem Ölziehen, zur Reinigung und Pflege von Mund und Zähnen Anwendung. Kokosöl ist antibakteriell und hinterlässt ein sauberes und angenehmes Gefühl im Mund.

7

FÜR VIERBEINER

Nicht nur für Menschen, sondern auch für Hund und Katze ist Kokosöl als wertvolle Futterergänzung ebenso wie zur Fellpflege beliebt. Zecken und Flöhe mögen Kokosöl nicht, daher soll es als natürlicher Schutz gegen Ungeziefer dienen.



ERDNUSSÖL NATIV



Aus Bio-Erdnüssen mühlenfrisch kaltgepresst und reich an Vitamin E. Erdnussöl passt vor allem zu Gerichten aus der asiatischen Küche und kann dort zum Braten und Frittieren oder für Salate verwendet werden. Ideal für Wok-Gerichte und Currys und kombiniert mit Erdnüssen.

**Braten • Frittieren • Dünsten
Marinieren**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
15111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
15121	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90
15151	500 ml Flasche (21,80 € / 1 l)	10,90

KÜRBISKERNÖL GERÖSTET



Diese Ölspezialität wird aus mild gerösteten Kürbiskernen aus der Steiermark schonend gepresst. Unser Kürbiskernöl ist reich an Vitamin E. Das dunkelgrüne, nussige Öl bereichert nicht nur Salate und (Kürbis-)Suppen, sondern gibt auch Desserts das besondere Etwas.

**Dressing • Süßspeisen
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16811	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90
16821	250 ml Flasche (5,16 € / 100 ml)	12,90

KÜRBISKERNÖL NATIV



Aus ungerösteten steirischen Kürbiskernen mühlenfrisch kaltgepresst. Unser Kürbiskernöl ist reich an Vitamin E. Verglichen mit dem Kürbiskernöl aus gerösteten Kernen schmeckt es milder. Ein köstliches i-Tüpfelchen für Suppen, Salate, warme und kalte Speisen und Eiscreme.

**Dressing • Süßspeisen
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
19811	100 ml Flasche (6,50 € / 100 ml)	6,50
19821	250 ml Flasche (5,00 € / 100 ml)	12,50

MACADAMIANUSSÖL NATIV



Diese Rarität wird aus der edlen Macadamianuss mühlenfrisch kaltgepresst. Es hat einen milden, arttypischen Geschmack und schenkt Salaten eine besondere Note. Macadamianussöl ist etwas für Genießer, die das Besondere lieben.

**Dünsten • Dressing • Müsli
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16911	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90

MANDELÖL NATIV



Dieses Speiseöl wird aus süßen, ungerösteten Mandeln mühlenfrisch kaltgepresst. Unser Mandelöl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Es eignet sich auch zur Zubereitung von Schonkost und Babynahrung und ist beim Backen eine Alternative zu Butter oder Margarine.

**Backen • Dressing • Süßspeisen
Müsli • Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16511	100 ml Flasche (5,90 € / 100 ml)	5,90
16521	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90
16551	500 ml Flasche (29,80 € / 1 l)	14,90

MARACUJAÖL NATIV



Maracujakernöl ist eine echte Delikatesse und wird aus den getrockneten Kernen der Maracujaf Frucht gewonnen. Der mild-kernige Geschmack passt zu Müsli, Milchreis, Quark- und Süßspeisen. Die Kombination aus Maracujakernöl und frischem Zitronen- oder Limettensaft passt hervorragend zu grünen Salaten.

**Dressing • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
27611	100 ml Flasche (7,90 € / 100 ml)	7,90



ROTES PALMÖL

UNSER NATURLAND FAIR PROJEKT IN GHANA



Nachhaltig, fair und biologisch. Selbstverständlich hat unser Palmöl in Naturland Fair Qualität nichts mit dem konventionellen Palmöl zu tun, das für industrielle Zwecke hergestellt wird und für das wertvolle Regenwälder gerodet werden – im Gegenteil: mit unserem Partner-Projekt in Ghana unterstützen wir Farmerfamilien vor Ort und fördern den nachhaltigen Palmöl-Anbau, ohne die katastrophalen Auswirkungen auf Menschen, Tiere und die Umwelt.

Das unbehandelte Palmöl stammt aus biologischer Erzeugung und wird in seiner Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung oft unterschätzt. Es ist eine wertvolle Quelle für Vitamin A und E und ist aus der afrikanischen sowie asiatischen Küche nicht mehr wegzudenken. Palmöl ist hoch erhitzzbar und kann ideal zum Dünsten, Braten und Frittieren sowie als Grundlage für herzhaftes Aufstriche verwendet werden.

PALMÖL

ROT . NATURBELASSEN

Unser fair gehandeltes Palmöl stammt nicht aus Monokulturen, sondern von Bio-Plantagen, die in Mischkulturen angelegt sind. Es wird schonend aus dem vollreifen Fruchtfleisch der Ölpalme gewonnen. Rotes Palmöl hat einen kräftig-herben Geschmack und ist ein Klassiker der afrikanischen und asiatischen Küche.



**Braten • Dünsten • Aufstrich
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12231	30 ml Glas (3,33 € / 100 ml)	1,00
12221	250 ml Glas (2,60 € / 100 ml)	6,50
12202	1 l Bügelglas (19,50 € / 1 l)	19,50

LASAGNE MIT KÜRBIS

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 750 g Hokkaido-Kürbis, 3 TL Rotes Palmöl, 420 ml Tomaten aus der Dose, ½ TL geriebener Ingwer, 100 ml Gemüsebrühe, ½ TL Salz, Pfeffer, 250 g Lasagneblätter, 300 g Crème Fraîche, 250 g Mozzarella gerieben, 50 g Kürbiskerne

ZUBEREITUNG

Ofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Kürbis vierteln, von Kernen befreien und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Rotes Palmöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln darin glasig andünsten. Knoblauch, Kürbisscheiben und Tomaten dazugeben und für etwa 5 Minuten mitdünsten. Gemüsebrühe und Ingwer dazugeben, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und bei niedriger Hitze ziehen lassen.

Den Boden einer gefetteten Auflaufform mit Lasagneplatten bedecken und mit einer dünnen Schicht Crème Fraîche bestreichen. Dann eine Schicht mit der Tomaten-Kürbis Sauce darauf verteilen und wieder Lasagneplatten auflegen. Den Vorgang wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die oberste Schicht sollte Crème Fraîche sein. Mit geriebenem Mozzarella bestreuen und nach Wunsch mit Kürbiskernen garnieren. Circa 35–40 Minuten backen, bis die Lasagneplatten weich sind.



OLIVENÖL/ITALIEN NATIV EXTRA



Für dieses wertvolle Olivenöl extra vergine werden sonnengereifte Oliven auf traditionelle Weise schonend zentrifugiert. Feines, sortenreines Bio-Olivenöl von einer familiengeführten Farm auf Italiens größter Insel, Sizilien, mit fruchtigem Geschmack und milder Säure. Ideal für die mediterrane Küche.

**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13011	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
13021	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90
13051	500 ml Flasche (25,80 € / 1 l)	12,90

OLIVENÖL VITA VERDE/ GRIECHENLAND



NATIV EXTRA . KORONEIKI

Dieses Öl wird ausschließlich aus optimal gereiften Koroneiki Oliven von der griechischen Halbinsel Peloponnes gepresst. Die Koroneiki Olive ist eine kleine, feste Olive und bekannt für ihre Fruchtigkeit, welche die Basis für dieses wohlschmeckende, fruchtige, aber nicht bittere Olivenöl ist.

**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
72348	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90
13961	500 ml Flasche (25,80 € / 1 l)	12,90

PIZZAKUCHEN

ZUTATEN

1 Zwiebel, 300 g Weizenmehl, 3 Eier, 1 TL Backpulver, 100 ml Olivenöl, 200 g Schmand, 100 g Maisgries, Salz und Pfeffer, 2 EL Mediterranes Würzöl, 3 große Tomaten, 200 g geriebener Mozzarella, frische Basilikumblätter

ZUBEREITUNG

Zwiebel würfeln und mit Mehl und Backpulver mischen. In einer zweiten Schüssel Eier, Olivenöl und Schmand verrühren. Maisgries, Salz und Pfeffer dazugeben. Beide Massen gründlich vermengen. Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und das Mediterrane Würzöl gleichmäßig auftragen. Tomaten in Scheiben schneiden und verteilen, anschließend geriebenen Mozzarella darüber streuen. Bei 180 °C im vorgeheizten Backofen zirka 30 Minuten backen. Mit frischen Basilikumblättern garnieren.

OLIVENÖL/ITALIEN MEDITERRANEO



NATIV EXTRA



Aus sonnenverwöhnten kalabrischen Oliven wird das Olivenöl nativ extra Mediterraneo gewonnen. Dank jahrzehntelanger Erfahrung im biologischen Anbau hat unser Partner Mediterraneo Foods eine intensive Zusammenarbeit mit vielen Bauern in der Umgebung aufgebaut. Ideal für die mediterrane Küche.

**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13071	750 ml Flasche (19,87 € / 1 l)	14,90
13083	5 l Kanister (20,48 € / 1 l)	102,40

OLIVENÖL/ITALIEN PRINCIPE DI GERACE



NATIV EXTRA

Das besondere Olivenöl Principe di Gerace wird aus den kalabrischen Oliven hergestellt, die auf dem Anwesen der Familie Anastasi gedeihen. Die vollreifen Oliven werden von Hand geerntet und wenige Stunden nach der Ernte verarbeitet. Das Resultat ist ein vollmundiges, charaktervolles Olivenöl.

**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
70941	500 ml Flasche (27,80 € / 1 l)	13,90

OLIVENÖL/SPANIEN VALDERRAMA



NATIV EXTRA . OCAL



Das erstklassige Olivenöl aus der Sorte Ocal begeistert mit seinem frisch-fruchtigen Geschmack. Auf der Finca der Familie Valderrama in der Nähe von Córdoba werden seit 1853 Oliven angebaut. Sie werden direkt vor Ort schonend verarbeitet und schenken diesem Öl eine nuancenreiche Geschmacksfülle.

**Dünsten • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
71278	500 ml Flasche (35,80 € / 1 l)	17,90



CANAAN RUMI TREE-OLIVENÖL AUS PALÄSTINA

Das naturbelassene Bio-Olivenöl der höchsten Güteklasse von Canaan Fair Trade besticht durch seinen fruchtigen, kräftigen Geschmack mit einer feinen Pfeffernote.

Bereits seit vielen Jahren unterstützen wir palästinensische Bauern bei der Vermarktung ihres köstlichen Olivenöles. Für viele von ihnen ist Olivenöl die wichtigste Einkommensquelle. Die Rumi-Olive stammt aus der Zeit des Römischen Reiches und bereits seit über sechstausend Jahren wachsen in Palästina Olivenbäume. Auch heute wird die einheimische Rumi-Olive noch von palästinensischen Bauern ökologisch angebaut und kultiviert.

»Canaan Fair Trade« in Janin garantiert inzwischen 2.500 Bauernfamilien ein Einkommen und unterstützt die Bio-Bauern beim gesamten Herstellungsprozess: Ökologische Bewirtschaftung der Olivenhaine, zentrale Verarbeitung der Oliven, Abfüllung und Vermarktung des Rumi-Olivenöles aus Palästina. Zudem gibt die Organisation Frauen wie Ibtissam Musa Mikrokredite, um eine Selbstständigkeit aufzubauen. Auf diese Weise können Bauern, die inmitten des Konfliktes gefangen sind, wieder Kontakt zur Außenwelt aufnehmen und alle an der Gastfreundschaft und dem Reichtum der palästinensischen Kultur teilnehmen lassen.

Natürlich unterliegt der Handel des köstlichen Rumi-Olivenöles den Fairtrade-Regularien, kontrolliert durch Naturland Fair.



Eine Landwirtin des »Canaan Fair Trade«-Projekts.



OLIVENÖL/PALÄSTINA CANAAN



NATIV EXTRA

Dieses palästinensische Olivenöl ist eine echte Rarität: Aus vollreifen Oliven, kaltgepresst mit einem leicht süßen Aroma und einer würzigen Nuance. Wir unterstützen palästinensische Bauern in der Vermarktung ihres köstlichen Rumi Tree Olivenöles.

**Dünsten • Marinieren • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
70104	500 ml Flasche (29,80 € / 1 l)	14,90



MOHNÖL NATIV



Aus Blaumohnsamen wird dieses feine Speiseöl mühlenfrisch kaltgepresst. Es begeistert mit einer lieblichen Mohnnote und verfeinert Salate, kalte und warme Speisen ebenso wie Gebäck und Desserts.

**Dressing • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16311	100 ml Flasche (5,95 € / 100 ml)	5,95
16321	250 ml Flasche (4,76 € / 100 ml)	11,90

PFLAUMENKERNÖL NATIV



Diese außergewöhnliche und edle Ölspezialität wird aus den Kernen der Pflaume mühlenfrisch kaltgepresst und überrascht mit seinem süßen und lieblichen Geschmack. Pflaumenkernöl hat eine natürliche Marzipannote und ist eine köstliche Bereicherung für Süßspeisen und Gebäcke und außergewöhnliche Salatdressings.

**Dressing • Müsli
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
27511	100 ml Flasche (8,50 € / 100 ml)	8,50

RAPSKERNÖL NATIV



Aus geschälter Rapssaat mühlenfrisch kaltgepresst. Im Vergleich zu unserem Rapsöl hat das Rapskernöl einen milderen Geschmack. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Es eignet sich aufgrund seiner Milde auch gut für die Zubereitung von Gerichten für kleine Kinder.

**Braten • Dünsten • Dressing
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14851	500 ml Flasche (11,80 € / 1 l)	5,90

RAPSÖL NATIV



Unser Rapsöl wird aus ungeschälter Rapssaat mühlenfrisch kaltgepresst. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren sowie einen milden Geschmack auf. Das „Olivenöl des Nordens“ ist erhitzenbar und besonders vielseitig in der Verwendung.

**Braten • Dünsten • Dressing
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14021	250 ml Flasche (1,58 € / 100 ml)	3,95
14051	500 ml Flasche (11,80 € / 1 l)	5,90
14063	2,5 l Kanister (5,40 € / 1 l)	27,00

SALATÖL KERNIG NATIV



Nussiges Sonnenblumenöl, heimische Rapssaat und duftiges Olivenöl sorgen in dieser feinen Melange für das gewisse Etwas. Unser kerniges Salatöl ist reich an Vitamin E. Überzeugend nicht nur in „kernigen“ Salatdressings, sondern auch in Dips, Marinaden und in der veganen Ernährung.

Dressing • Dips und Soßen

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
83011	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
83051	500 ml Flasche (15,80 € / 1 l)	7,90

SENFÖL NATIV



Senföl ist mit seinem pikanten, aromatischen Geschmack ein echter Liebling unter unseren Bio-Speiseölen und wurde 2019 als kulinarischer Botschafter Niedersachsens ausgezeichnet. Es wird aus Senfsamen mühlenfrisch kaltgepresst und weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Ideal für Kartoffel- und Wurstsalate, Fisch- und Fleischgerichte, Dips oder außergewöhnliche Salatdressings.

Würzen • Dressing • Dips und Soßen

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16711	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90
16721	250 ml Flasche (5,56 € / 100 ml)	13,90

SESAMÖL GERÖSTET



Aus mild gerösteten Sesamsamen schonend mühlenfrisch gepresst. Der kräftige Röstgeschmack schenkt besonders asiatischen Gerichten eine authentische Note. Unser geröstetes Sesamöl weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Es verfeinert kalte und warme Speisen und eignet sich zum Kurzbraten.

**Dünsten • Dressing • Süßspeisen
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14611	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
14621	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90

SESAMÖL NATIV



Aus ungerösteten Sesamsamen mühlenfrisch kaltgepresst. Im Vergleich zu unserem Sesamöl aus gerösteter Saat schmeckt es milder. Unser ungeröstetes, natives Sesamöl weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Es ist eine wichtige Zutat für die ayurvedische und makrobiotische Küche.

**Braten • Dünsten • Marinieren
Dressing • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14311	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
14321	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90
14351	500 ml Flasche (19,80 € / 1l)	9,90

SONNENBLUMENÖL NATIV



Mühlenfrisch kaltgepresst aus geschälten, ungerösteten Sonnenblumenkernen. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe und der sortentypische Geschmack besonders gut erhalten. Unser Sonnenblumenöl ist reich an Vitamin E und weist einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren auf. Ideal für frische Salate, Gemüsegerichte oder zum „Ölziehen“.

Dressing • Dips und Soßen

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
11051	500 ml Flasche (11,00 € / 1l)	5,50
11063	2,5l Kanister (4,50 € / 1l)	22,50

TRAUBENKERNÖL NATIV



Aus vom Fruchtfleisch befreiten und getrockneten Weintraubenkernen mühlenfrisch kaltgepresst. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe und der sortentypische Geschmack besonders gut erhalten. Mit seinem mildfruchtigen Geschmack setzt Traubenkernöl Akzente in der Feinschmeckerküche.

Dressing • Müsli • Dips und Soßen

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18811	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90

WALNUSSÖL NATIV



Diese feine Öl-Spezialität wird aus Walnüssen schonend kaltgepresst und ist ein echter Klassiker in der heimischen Küche. Es weist einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren auf. Das Öl hat eine fein-herbe Note und eignet sich nicht nur für Salate und Gemüsegerichte, sondern auch für die Zubereitung von Pesto und Süßspeisen.

**Dressing • Süßspeisen • Müsli
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16111	100 ml Flasche (5,90 € / 100 ml)	5,90
16121	250 ml Flasche (4,76 € / 100 ml)	11,90

WOKÖL NATIV



Dieses hochechitzbare Öl ist eine Mischung aus mühlenfrisch kaltgepresstem Erdnuss-, Kokos- und Sonnenblumenöl (High Oleic). Unser Woköl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Es eignet sich bestens zum Braten von Fleisch, Fisch oder Gemüse und ist ideal zum „Wokken“. Bei Zimmertemperatur aufbewahren.

Braten • Frittieren • Dünsten

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
83451	500 ml Flasche (17,80 € / 1l)	8,90

VITALÖLE



GUTE NACHRICHT FÜR GESUNDHEITSBEWUSSTE GENIESSER:

Naturbelassene, native Pflanzenöle bringen mit, was wir für Vitalität und Wohlbefinden brauchen. Unsere Bio-Vitalöle überzeugen durch ihr spezifisches Fettsäurespektrum in besonders günstiger Zusammensetzung. Sie enthalten wertvolle Vitamine und sekundäre Pflanzenbegleitstoffe der jeweiligen Ölfrucht. Für viele Öle sind gesundheitliche Nutzen heute klar belegt. Schonend kaltgepresste Öle aus Hanfsamen, Nachtkerzensamen oder ägyptischen Schwarzkümmelsamen bereichern allerlei Gerichte oder können löffelweise pur genossen werden. Mühlenfrische ist insbesondere bei Leinöl durch nichts zu ersetzen, denn es ist aufgrund des hohen Anteils an Omega-3-Fettsäuren sehr oxidationsempfindlich und wird bei uns aus diesem Grund täglich frisch kaltgepresst. Entdecken Sie unsere 18 besonderen Vitalöle.

BORRETSCHÖL NATIV



Dieses reine Öl wird aus Borretschsamen aus kontrolliert biologischem Anbau mühlenfrisch kaltgepresst, wodurch die wertvollen Inhaltsstoffe erhalten bleiben. Borretschöl ist reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren und enthält zirka 20 g Gamma-Linolensäure pro 100 g.

Dressing • Pur • Hautpflege

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
27811	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90
27821	250 ml Flasche (7,96 € / 100 ml)	19,90

CHIAÖL NATIV



Chia wurde schon von den Azteken als Kraftnahrung geschätzt. Das milde Öl der Chiasamen ist reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, insbesondere Omega-3-Fettsäuren. Es ähnelt dem Leinöl in seinen Eigenschaften. Obwohl Chiasamen seit Jahrtausenden als Lebensmittel verwendet werden, sind sie in der EU lediglich als Novel Food zugelassen.

Dressing • Pur • Hautpflege

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
23211	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90

GRANATAPFELKERNÖL NATIV



Für dieses reine, zart duftende Öl werden getrocknete Bio-Granatapfelsamen schonend kaltgepresst. Diese Rarität ist reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren und enthält zirka 85 g der dreifach ungesättigten Punicinsäure pro 100 g.

Dressing • Pur • Hautpflege • Müsli

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
22111	100 ml Flasche (17,90 € / 100 ml)	17,90

HANFÖL NATIV



Dieses reine Speiseöl wird aus erntefrischen Hanfsamen mühlenfrisch kaltgepresst, um die wertvollen Inhaltsstoffe und den sortentypischen Geschmack zu erhalten. Unser Hanföl ist reich an Vitamin E, mehrfach ungesättigten Fettsäuren und enthält 2-3 g Gamma-Linolensäure pro 100 g. Das olivgrüne, nussige Öl ist sehr bekömmlich.

Dressing • Pur • Hautpflege • Müsli

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14511	100 ml Flasche (4,95 € / 100 ml)	4,95
14521	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

LEINDOTTERÖL NATIV



Dieses Öl wird aus Leindottersamen mühlenfrisch kaltgepresst. Es ist reich an Alpha-Linolensäure, einer Omega-3-Fettsäure (zirka 40 g pro 100 g). Mit seinem erbsenartigen Geschmack passt es gut zu Gemüse.

**Dressing • Pur
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
19911	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
19921	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90
19951	500 ml Flasche (19,80 € / 1 l)	9,90
19903	1 l Kanister (21,50 € / 1 l)	21,50
61193	4 x 500 ml Flaschen (19,50 € / 1 l)	39,00

LEINÖL NATIV



Unser Leinöl wird täglich und in kleinen Chargen aus Bio-Leinsamen mühlenfrisch kaltgepresst. Es enthält 50 g pro 100 g Omega-3-Fettsäuren und hat einen milden Geschmack.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
14121	250 ml Flasche (2,76 € / 100 ml)	6,90
14151	500 ml Flasche (19,80 € / 1 l)	9,90
14103	1 l Kanister (21,90 € / 1 l)	21,90
61162	4 x 500 ml Flaschen (19,50 € / 1 l)	39,00

MCT-KOKOSÖL



Unser MCT-Öl ist aus kontrolliert biologisch angebauten Kokosnüssen gewonnen und besteht aus ca. 40 % Caprin (C10)- und ca. 60 % Caprylsäure (C8), die als am effektivsten geltenden mittelkettigen Fettsäuren (MCT). Das helle Öl ist nahezu geruchs- und geschmacksneutral.

**Dünsten • Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

New



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
21621	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90
21651	500 ml Flasche (31,80 € / 1 l)	15,90

MCT-ÖL AUS KOKOSÖL

MCT-Öl besteht zu 100 % aus mittelkettigen Fettsäuren (Medium-Chain Triglycerides). Diese sind vor allem in tropischen Pflanzenölen, wie dem Kokosöl vorhanden. Kokosöl besteht zur Hälfte aus mittelkettigen und zur Hälfte aus langkettigen Fettsäuren. Um ein reines MCT-Öl mit ausschließlich mittelkettigen Fettsäuren zu erhalten, müssen diese isoliert werden. Unser MCT-Öl wird rein mechanisch und ohne chemische Verfahren aus Bio-Kokosöl extrahiert, sodass wir die bestmögliche Qualität erhalten und den strengen Anforderungen der Bio-Richtlinien entsprechen.

Die mittelkettigen Fettsäuren des MCT-Öls, Caprin- und Caprylsäure, können durch ihre besondere Struktur und kurze Kohlenstoffketten besonders gut vom Körper verstoffwechselt werden. Unser MCT-Öl eignet sich ideal für die Low-Carb-, Paleo- und ketogene Ernährung.

MARIENDISTELÖL



NATIV

Dieses Vitalöl wird aus den Samen der Mariendistel mühlenfrisch kaltgepresst. Die Mariendistel ist ein klassisches Bitterkraut, das bereits in Klostergärten und bis heute aufgrund ihres Gehaltes an Bitterstoffen als „Leberpflanze“ geschätzt wird, denn Bitterstoffe kommen in der heutigen Ernährung immer seltener vor. Es ist reich an Vitamin E und ungesättigten Fettsäuren.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
83511	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90
83521	250 ml Flasche (5,56 € / 100 ml)	13,90

NACHTKERZENÖL



NATIV

Dieses reine Öl wird aus Nachtkerzensamen mühlenfrisch kaltgepresst. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe besonders gut erhalten. Unser Nachtkerzenöl weist einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren auf und enthält zirka 10 g Gamma-Linolensäure pro 100 g.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
27111	100 ml Flasche (9,50 € / 100 ml)	9,50
27121	250 ml Flasche (7,80 € / 100 ml)	19,50

OMEGA BALANCE ÖL



NATIV . MIT 30 % LEINÖL

Eine bekömmliche Mischung aus elf hochwertigen, kaltgepressten Bio-Pflanzenölen. Unser Omega Balance Öl ist reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren und enthält essenzielle Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren im optimalen Verhältnis von 3:2 sowie eine Vielzahl von sekundären Pflanzenstoffen und die seltene Punicinsäure.

Pur • Müsli • Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
23611	100 ml Flasche (8,90 € / 100 ml)	8,90
23621	250 ml Flasche (7,16 € / 100 ml)	17,90

SANDDORNÖL



AUS FRUCHTFLEISCH

Dieses reine Öl wird aus Sanddornfruchtfleisch mühlenfrisch kaltgepresst. So bleiben wertvolle Inhaltsstoffe besonders gut erhalten. Unser edles Sanddornfruchtfleischöl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf und enthält 40 g Palmitoleinsäure pro 100 g.

Pur • Müsli • Smoothies und Shakes



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
25111	100 ml Flasche (35,00 € / 100 ml)	35,00



OMEGA DHA ÖLE

PFLANZLICHE OMEGA-3-QUELLE AUS MEERESMIKROALGEN

Fische und Meeresfrüchte gelten als die unübertroffene Quelle für Omega-3-Fettsäuren. Doch eine kleine Alge stellt heute eine echte Alternative dar: Ressourcenschonend und ohne Schadstoffbelastung kann sie an Land kultiviert werden, ohne Belastung für die Weltmeere und gefährdete Fischbestände. Algen haben neben ihrer Nachhaltigkeit noch eine weitere »Superkraft«: Sie enthalten große Mengen der bioaktiven Omega-3-Fettsäure Docosahexaensäure, kurz DHA. Die »Königin« unter den Omega-3-Fettsäuren ist wichtig für Herz- und Hirnfunktionen sowie die Sehkraft.*

* Mehr Informationen finden Sie online.

Wir betten DHA in unser mühlenfrisch kaltgepresstes Leinöl ein. Es ist reich an Alpha-Linolensäure und eine ideale Basis für die gesunde Ölmischung. Ob für Fruchtsäfte, Smoothies, das Frühstücksmüsli oder den Salat – sie sind vielseitig einsetzbar und lassen sich auch pur auf dem Löffel genießen. Walnussöl, Chiasamenöl oder Sanddornfruchtfleischöl enthalten Vitamin E und verlangsamen so auf ganz natürliche Weise die Oxidation der empfindlichen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Dabei hilft auch die richtige Lagerung. Unsere Omega DHA Öle lieben es kalt: Bitte stets im Kühlschrank aufbewahren.

OMEGA DHA LEIN + CHIA



Eine Komposition aus mühlenfrischem Leinöl und Chiasamenöl angereichert mit Docosahexaensäure (DHA) aus Meerestkroalgen. DHA trägt zu einer normalen Herzfunktion sowie zur Erhaltung einer normalen Sehkraft und Gehirnfunktion bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 16 g der Ölmischung ein.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
20711	100 ml Flasche (8,90 € / 100 ml)	8,90
20721	250 ml Flasche (7,96 € / 100 ml)	19,90

ALGENSALAT

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

600 g frische Wakame Algen,
2 EL Zitronensaft, 1 EL Sesamöl,
2 EL Omega DHA Öl, 70 g Sesam,
1 Prise Salz und Pfeffer, ½ TL Rohrzucker,
1 Chilischote, 40 ml Sojasauce

ZUBEREITUNG

Wakame Algen im Sieb waschen und abtropfen lassen. Mit Zitronensaft, Sesamöl, Omega DHA Öl, Zucker, Salz und Pfeffer mischen. Sesam in einer Pfanne ohne Öl anrösten, Chilischote in feine Ringe schneiden und beides untermischen. Mit Sojasauce servieren.



OMEGA DHA LEIN + SANDDORN



Eine Kombination mit Docosahexaensäure (DHA) aus Meerestkroalgen, mühlenfrischem Leinöl und Sanddornfruchtfleischöl. DHA trägt zu einer normalen Herzfunktion und zur Erhaltung einer normalen Sehkraft und Gehirnfunktion bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 16 g ein.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
20911	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90
20921	250 ml Flasche (8,76 € / 100 ml)	21,90

OMEGA DHA LEIN + WALNUSS



Eine Mischung aus DHA, mühlenfrischem Lein-, Walnuss- und Weizenkeimöl. DHA (Docosahexaensäure) gehört zu den Omega-3-Fettsäuren. Diese wertvolle Fettsäure wird für die normale Herz-, Seh- und Gehirnfunktion benötigt. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg DHA ein, das entspricht 16 g der Ölmischung.

**Dressing • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
20811	100 ml Flasche (8,90 € / 100 ml)	8,90
20821	250 ml Flasche (7,96 € / 100 ml)	19,90

SCHWARZKÜMMELÖL GEFILTERT



NATIV . ÄGYPTISCH

Dieses Öl wird aus ägyptischen Schwarzkümmelsamen kaltgepresst. Es enthält ätherische Öle und Fettbegleitstoffe. Für orientalische Gerichte, Dips und Dressings. Auch als natürliches Mittel gegen Zecken bei Mensch und Hund bewährt. Aufgrund seiner Bitterstoffe nicht für Katzen geeignet.

**Würzen • Pur • Müsli
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
14911	100 ml Flasche (7,50 € / 100 ml)	7,50
14921	250 ml Flasche (5,96 € / 100 ml)	14,90
14951	500 ml Flasche (49,80 € / 1l)	24,90
61152	4 x 250 ml Flaschen (56,90 € / 1l)	56,90

SCHWARZKÜMMELÖL UNGEFILTERT



NATIV . ÄGYPTISCH

Dieses ungefilterte Schwarzkümmelöl enthält wertvolle Trub- und Schwebstoffe sowie ätherische Öle und Fettbegleitstoffe. Das Öl hat eine dunkle Farbe und einen kräftigen, leicht scharfen Geschmack. Wegen seines scharfen Geschmacks sollte das Öl vorsichtig dosiert werden.

UNGEFILTERT

Pur • Müsli • Smoothies und Shakes

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
15911	100 ml Flasche (7,50 € / 100 ml)	7,50
15921	250 ml Flasche (5,96 € / 100 ml)	14,90
15951	500 ml Flasche (49,80 € / 1l)	24,90

VITAMIN D ÖL KONVENTIONELL

Unser Vitamin D Öl ist eine Kombination aus kaltgepresstem High Oleic Sonnenblumenöl, hochwertigem Weizenkeimöl und feinem Mandarinenöl. Sein Gehalt an Vitamin D₃ (Cholecalciferol) liegt bei 250 µg pro 100 g.

New



**Dressing • Süßspeisen • Pur • Müsli
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
22511	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90

PFLANZLICHES VITAMIN D

Mit seinem hohen Anteil an einfach ungesättigten Fettsäuren in Kombination mit pflanzlichem Vitamin D₃, reiht sich das Vitamin D Öl in die Gruppe unserer Vitalöle ein. Sein Gehalt an Vitamin D₃ (Cholecalciferol) von 250 µg pro 100 g macht diese Ölmischung zur wahren Vitamin D-Quelle. Da es sich beim Vitamin D um ein fettlösliches Vitamin handelt, kann es unser Körper besonders gut verstoffwechseln. Mit der frischen Mandarinennote eignet sich dieses Vitalöl ideal als Zutat in Müsli, Smoothies, Säften, Shakes oder Salatdressings. Unser Vitamin D Öl ist mit rein pflanzlichem Vitamin D angereichert, sodass es insbesondere für Veganer und Vegetarier zu empfehlen ist.



WEIZENKEIMÖL KONVENTIONELL

Aus den Keimlingen des Weizenkorns mühlenfrisch kaltgepresst und ultrafiltriert. Das goldgelbe Öl ist reich an Vitamin E sowie weiteren sekundären Pflanzenstoffen und ist ein Klassiker der Reformküche. Hinweis: Dieses Öl bieten wir in konventioneller Qualität an, da Bio-Weizenkeime nicht dauerhaft und oft nur in ungeeigneter Qualität verfügbar sind.



Pur • Müsli • Smoothies und Shakes

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
15011	100 ml Flasche (7,90 € / 100 ml)	7,90
15021	250 ml Flasche (7,16 € / 100 ml)	17,90

WÜRZÖLE



GAUMENZAUBER GARANTIERT – mühlenfrische Öle vereint mit Kräutern und Gewürzen. Kaltgepresste Pflanzenöle sind viel mehr als nur eine gesunde Zutat: sie sind Geschmacksträger erster Güte. In Verbindung mit erlesenen Kräutern und Gewürzen entstehen in unserer Ölmühle Bio-Würzöle, kulinarische Wertschöpfungen. So reichern wir das Beste aus feinsten und biologischen Zutaten wie dem Basilikumblatt, der Chilischote, dem weißen Trüffel und sogar der Kaffeebohne im Öl an. Das Basisöl wählen wir für jede Kreation individuell aus. Würzige Lieblinge sind das Mediterrane Würzöl und das exotische Ingwer-Lemongrass Würzöl mit mühlenfrischem Rapsöl. Traditionelle Gewürzkompositionen der indischen Küche verbinden wir mit Sesamöl zu Tandoori und Garam Masala Würzöl. Für die lieblichen Würzöle Kaffee-Mandel und Mandel-Vanille verwenden wir als Basis unser mildes Mandelöl. Schon probiert? Über 30 verschiedene Würzöle versprechen einen vollmundigen Geschmack und garantierten Genuss.

BARBECUE ERDNUSSWÜRZÖL



Erdnüsse werden für dieses Würzöl mühlenfrisch gepresst und mit Pfeffer, Rosmarin, Kümmel, Lorbeer, Wacholder und Knoblauch verfeinert. Unser deftiges Barbecue Würzöl ist reich an Vitamin E und ideal zum Erhitzen geeignet.

**Braten • Frittieren • Würzen
Marinieren • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13621	250 ml Flasche (3,00 € / 100 ml)	7,50

BASILIKUM RAPSWÜRZÖL



Aromatisches Basilikum und kaltgepresstes Rapsöl verbinden sich zu einem vollmundigen Geschmackserlebnis. Dieses Öl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Es gibt Salaten, Pizza und Pasta eine italienische Note.

Würzen • Marinieren • Dressing



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13211	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
13221	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90

BÄRLAUCH RAPSWÜRZÖL



Dieses Würzöl ist eine kräftige Komposition aus Rapsöl und frühlingsfrischem Bärlauch, die ein vollmundiges Geschmackserlebnis verspricht. Es ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Verfeinert Quark, Salate und Gemüse sowie Suppen, Saucen und Dips.

**Dünsten • Marinieren • Dressing
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
19111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50

CHILI RAPSWÜRZÖL



Ein feuriges Geschmackserlebnis bietet diese Kombination aus kaltgepresstem Rapsöl und scharfen Chilischoten. Unser Tipp wenn Sie auf der Suche nach einem wirklich feurig-scharfen Chiliöl sind. Es verleiht allen Gerichten eine intensive Schärfe. Sparsam verwenden.

Würzen • Dips und Soßen



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12911	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
12921	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90

GARAM MASALA SESAMWÜRZÖL



Eine aromatische Komposition aus mühlenfrisch kaltgepresstem Sesamöl und den typisch indischen Garam Masala-Gewürzen Koriander, Kumin, Piment, Muskat, Pfeffer, Kardamom, Nelken und Lorbeerblättern. Unser Garam Masala Würzöl weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Es verfeinert nicht nur traditionelle indische Gerichte, sondern eignet sich auch bestens zum Marinieren.

**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12711	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50

GRÜNER PFEFFER RAPSWÜRZÖL



Bei diesem Würzöl trifft mühlenfrisches kaltgepresstes Rapsöl auf grünen Pfeffer und wird zu einem pikanten Geschmackserlebnis. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Dieses ausgesprochen vielseitige Würzöl passt zu allen herzhaften Gerichten. Besonders raffiniert zu frischen Erdbeeren.

**Würzen • Marinieren
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
26611	100 ml Flasche (5,95 € / 100 ml)	5,95

INGWER- LEMONGRASS RAPSWÜRZÖL



Mühlenfrisches Rapsöl verbindet sich bei diesem Würzöl mit scharfem Ingwer und erfrischendem Lemongrass und wird zu einem vollmundigen Geschmackserlebnis mit pikanter Note. Das exotische Würzöl schenkt Tofu, Reis, Gemüse und Fleisch ein asiatisches Flair.

**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
17121	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90

KAFFEE- MANDEL MANDELWÜRZÖL



Eine edle Komposition aus süßen Mandeln und mild gerösteten Kaffeebohnen prägen den Geschmack dieses aromatischen Würzöles. Unser Kaffee-Mandel Würzöl ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Es verwandelt feines Gebäck, Schlagsahne, elegante Desserts, exotische und süße Dips.

**Backen • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
25011	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90

BLUMENKOHLSALAT

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

125 g Basmatireis, 400 g Kichererbsen aus der Dose, 2 EL Kokosöl, 1 TL Kreuzkümmel, ½ TL gemahlene Koriandersamen, ½ TL Meersalz, 2 Prisen Pfeffer, 50 g Haselnusskerne, 1 Blumenkohl, 1 rote Paprika, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Olivenöl, 2 EL Ingwer-Lemongrass Würzöl, Saft einer Zitrone, frische Petersilie

ZUBEREITUNG

Basmatireis im Sieb waschen, mit der doppelten Menge Wasser aufkochen lassen und bei kleiner Hitze al dente garen. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Kichererbsen abspülen und in einer Schüssel mit Kokosöl, Kreuzkümmel, Koriander, Meersalz und Pfeffer vermischen. Ein Blech mit Backpapier auslegen, die Kichererbsenmischung darauf verteilen und für 15 Minuten rösten. Haselnusskerne auf einem zweiten Blech verteilen, für etwa 8 Minuten rösten und im Anschluss grob hacken. Blumenkohl waschen und zerkleinern. Paprika würfeln und Knoblauch hacken und mit dem Blumenkohl in einer Pfanne in 2 EL Olivenöl für einige Minuten dünsten. Die Kichererbsenmischung mit Basmatireis, gehackten Haselnüssen, Blumenkohl und Paprika vermengen. Ein Dressing aus Ingwer-Lemongrass Würzöl, dem Saft einer Zitrone, Salz und Pfeffer anrühren und über dem Salat verteilen. Mit frischer Petersilie garnieren.



KORIANDER-FENCHEL-DILL RAPSWÜRZÖL



Bei diesem Würzöl verbindet sich mühlenfrisch kaltgepresstes Rapsöl mit Koriander, Fenchel und Dill. So entsteht ein vollmundiges Geschmackserlebnis. Dieses Würzöl ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Es passt hervorragend zu Fischgerichten, gemischten Salaten, Gemüseterrinen, Dips und Saucen.



**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17911	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50

KRÄUTER KNOBLAUCH WÜRZÖL



Dieses Würzöl punktet mit seiner markanten Knoblauchnote. Typische Kräuter und Gewürze der deutschen Küche wie Pfeffer, Kümmel, Senfsaat, Rosmarin und Lorbeer verleihen ihm seinen unverwechselbaren Geschmack. Die Komposition aus kaltgepresstem Raps-, Sonnenblumen- und Distelöl verträgt leichtes Erhitzen.



**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12311	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
12351	500 ml Flasche (15,80 € / 1 l)	7,90

KRÄUTER WÜRZÖL



Dieses herzhaftes Würzöl ist eine Komposition aus mühlenfrisch kaltgepresstem Raps-, Sonnenblumen- und Distelöl mit einer erlesenen Auswahl an aromatischen Gewürzen und Kräutern. Es verträgt mäßiges Erhitzen und ist auch für Salate und zum Marinieren und Abschmecken kalter und warmer Speisen bestens geeignet.



**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
11351	500 ml Flasche (15,80 € / 1 l)	7,90

KRÄUTER DER PROVENCE RAPSWÜRZÖL



Rapssaat wird für dieses Würzöl kaltgepresst und mit Majoran, Petersilie, Thymian und Estragon verfeinert. So entsteht aus den frischen Kräutern der Provence ein Geschmackserlebnis mit authentischer Würzkraft. Das Würzöl ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Ein i-Tüpfelchen für Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichte wie Ratatouille.



**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dressing • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12611	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
12621	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90

MANDEL-VANILLE MANDELWÜRZÖL



Dieses Würzöl ist eine Komposition aus mühlenfrisch kaltgepressten süßen Mandeln mit lieblicher Bourbon-Vanille und überzeugt als edle Delikatesse. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Unser Mandel-Vanille Würzöl schenkt Kuchen, Torten, Plätzchen, Desserts und Schlagsahne eine weiche, klassische Note echter Vanille.



**Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
16611	100 ml Flasche (8,90 € / 100 ml)	8,90

MEDITERRANES RAPSWÜRZÖL



Dieses Würzöl enthält das natürliche Aroma aus Paprika, Oregano, Pfeffer, Basilikum, Koriander, Rosmarin, Senfkörnern, Thymian, Zwiebeln und Majoran, harmonisch angereichert in kaltgepresstem Rapsöl. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Ein Klassiker zu Pizza und Pasta und Gerichten aus dem Mittelmeerraum.



**Würzen • Marinieren
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
19311	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
19321	250 ml Flasche (3,56 € / 100 ml)	8,90



HERINGSSALAT

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

250 g Kartoffeln, 2 Heringe, 2 Zwiebeln, 1 saurer Apfel, 2 Essigkurken, 2 EL Meerrettich Würzöl, Salz und Pfeffer, 250 ml Schmand, Saft einer halben Zitrone, frischer Dill und Lorbeerblätter zum Garnieren

ZUBEREITUNG

Kartoffeln mit Schale waschen und gar kochen. In der Zwischenzeit den Hering filetieren und grob zerkleinern. Zwiebeln, Äpfel und Essigkurken fein hacken und mit Schmand, Meerrettich Würzöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermengen. Kartoffeln abkühlen lassen und in kleine Würfel schneiden. Kartoffel- und Heringsstücke vorsichtig unterheben. Mit frischem Dill und Lorbeerblättern garnieren.

MEERRETTICH SESAMWÜRZÖL



Ungeschälter Sesam wird für dieses Würzöl schonend kaltgepresst und mit scharfem Meerrettichextrakt veredelt. Unser Meerrettich Würzöl ist reich an ungesättigten Fettsäuren. Mit seiner kräftig-aromatischen Schärfe verfeinert es Sushi und Sashimi, Mayonnaisen und kräftige Dips, köstlich auch zum Beispiel zu Räucherfisch oder Roter Bete.

Würzen • Dressing • Dips und Soßen



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
26311	100 ml Flasche (7,50 € / 100 ml)	7,50

NANA-MINZE RAPSWÜRZÖL



Eine überzeugende Verbindung aus heimischer Nana-Minze und kaltgepresstem Rapsöl. Unser Nana-Minze Würzöl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Das Würzöl verleiht sowohl Desserts und Süßspeisen als auch Gemüse oder Lammfleisch eine exotisch-frische Minznote.

**Würzen • Dressing • Süßspeisen
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13311	100 ml Flasche (4,95 € / 100 ml)	4,95

OLIVE-ZITRONE OLIVENWÜRZÖL



Für dieses Würzöl wird unser mildes, natives Olivenöl extra virgin mit einer feinerfruchtigen Zitrus- und Orangennote verfeinert. Das fruchtig-frische Öl setzt frische Akzente in Gemüse- und Fischgerichten, Salaten sowie überall dort, wo eine feine Zitrusnote gewünscht ist.

**Dünsten • Würzen • Dressing
Pasta und Baguette • Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
13121	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90
13151	500 ml Flasche (25,80 € / 1 l)	12,90

RAUCHPAPRIKA RAPSWÜRZÖL



Herzhafte Paprika, ein Hauch Schärfe und eine kräftige Rauchnote: Mit jedem Tropfen verleiht dieses Würzöl Gerichten einen Hauch von Lagerfeuer. Die Kombination aus geräucherten, pikanten Schoten und mühlenfrischem Rapsöl überzeugt alle, die es herzhaft lieben. Es ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Für Fleisch und Fisch und Gemüse geeignet.

**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
82911	100 ml Flasche (6,90 € / 100 ml)	6,90

SALATÖL FRUCHTIG



Bei diesem feinen Salatöl haben wir die feine Melange aus nussigem Sonnenblumenöl, heimischer Rapssaat und duftigem Olivenöl mit einer frisch-fruchtigen Note von Orange, Zitrone und Limette verfeinert. Dieses Salatöl ist reich an Vitamin E. Köstlich nicht nur in Salaten, sondern auch in Dips, Marinaden und Smoothies.

Würzen • Marinieren • Dressing



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
83111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
83151	500 ml Flasche (15,80 € / 1 l)	7,90

SALATÖL WÜRZIG



Eine fein-würzige Mischung aus mühlenfrisch kaltgepresstem Sonnenblumen- und Rapsöl mit Auszügen der klassischen Salatkräuter Dill, Basilikum und Estragon. Unser würziges Salatöl ist reich an Vitamin E und weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Es macht sich nicht nur bestens in Salaten, Dressings und Dips aller Art, sondern verfeinert auch Fischgerichte, Quark oder Gemüsesuppen.

Würzen • Dressing • Dips und Soßen



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
12511	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
12551	500 ml Flasche (17,80 € / 1 l)	8,90

SUPPENGRÜN



RAPSWÜRZÖL

Beliebte Suppenkräuter verleihen dem kaltgepressten Rapsöl einen kräftigen, aromatischen Geschmack. Unser Suppengrün Würzöl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Es eignet sich nicht nur bestens für die klassische Minestrone, sondern auch für verschiedene Gemüsesuppen, Eintöpfe und Kartoffelgerichte.

Würzen • Dressing • Dips und Soßen



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
25211	100 ml Flasche (4,95 € / 100 ml)	4,95

TANDOORI



SESAMWÜRZÖL

Sesamsaat wird für dieses Würzöl kaltgepresst und mit einer indischen Gewürzmischung aus Kumin, Kurkuma, Ingwer, Knoblauch und Chili verfeinert. Es weist einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Mit seiner dezenten Schärfe und Knoblauchnote verleiht es gebratenem oder gegrilltem Geflügel, Fleisch-, Fisch- oder Tofugerichten im Handumdrehen ein typisch indisches Flair.

**Dünsten • Würzen • Marinieren
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
13811	100 ml Flasche (4,95 € / 100 ml)	4,95

THYMIAN-SALBEI



RAPSWÜRZÖL

Für dieses Würzöl wird Rapsöl mit Thymian und Salbei veredelt. Unser Thymian-Salbei Würzöl ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Unser Würzöl eignet sich mit seiner warm-würzigen Kräuternote ideal für Gerichte aus der griechischen Küche. Es passt zu Lamm oder Fisch und eignet sich zum Marinieren von Schafskäse, zum Beträufeln von Hirtensalat oder Weißbrot.

Würzen • Dressing • Dips und Soßen



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17711	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50

TRÜFFEL



OLIVENWÜRZÖL

Unser Trüffel Würzöl ist eine ausgewogene Komposition aus biologisch hergestelltem Olivenöl nativ extra aus Italien mit dem unverwechselbaren Bio-Aroma weißer Trüffel. Diese Feinkostspezialität ist das i-Tüpfelchen in der mediterranen Küche. Verfeinert Pasta und Risotto und schmeckt hervorragend pur mit frischem Baguette.

**Dünsten • Pasta und Baguette
Dips und Soßen**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
83811	100 ml Flasche (11,90 € / 100 ml)	11,90

WEIHNACHTSZEIT MANDELWÜRZÖL



Für dieses Würzöl werden nur in der Weihnachtszeit süße Mandeln mühlenfrisch gepresst und mit weihnachtlichen Gewürzen wie Orangenschalen, Zimt, Nelken, Koriander, Ingwer und echter Bourbon-Vanille verfeinert. Es eignet sich ideal für feines Gebäck, Waffeln und Crepes, aber auch zum Müsli oder für Obstsalate.



**Würzen • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17311	100 ml Flasche (9,50 € / 100 ml)	9,50

WILD RAPSWÜRZÖL



Unser Wild Würzöl ist eine deftig-würzige Komposition aus mühlenfrischem Rapsöl und einem Mix aus grünem Pfeffer, Wacholder, Koriander, Piment, Rosmarin, Fenchel und Zitrone. Es weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Dieses Würzöl eignet sich nicht nur ideal für Hirsch-, Reh-, Hasen- oder Wildschwein-gerichte, sondern auch für Sonntagsbraten, Kurzgebratenes oder Pilze.



**Würzen • Marinieren
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
20411	100 ml Flasche (6,50 € / 100 ml)	6,50

WINTER DESSERT

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

250 g Magerquark, 2 EL Frischkäse, 4 TL Kokosblütenzucker, 2 TL Zimt-Mandel oder Weihnachtszeit Würzöl, 30 g Mandeln, 80 g Spekulatiuskekse, 1 EL Kokosöl, 2 EL Agavendicksaft

ZUBEREITUNG

Für die Creme Magerquark, Frischkäse, Kokosblütenzucker und Zimt-Mandel oder Weihnachtszeit Würzöl zu einer gleichmäßigen Masse verrühren. Zerbröselte Spekulatiuskekse, gehackte Mandeln und Agavendicksaft in einer Schüssel gut durchmischen und in einer Pfanne in Kokosöl 4–5 Minuten unter ständigem Wenden goldgelb backen. Die Creme abwechselnd mit der noch warmen Spekulatiusmischung in Gläser schichten und servieren.



ZIMT- MANDEL MANDELWÜRZÖL



Dieses Würzöl ist eine feine Komposition aus süßem Zimt mit mühlenfrisch kaltgepressten Mandeln. Unser Zimt-Mandel Würzöl veredelt Smoothies und Goldene Milch, Milchreis und Müsli und schenkt Desserts, Eis und Schlagsahne eine zimtige Note. Es eignet sich als Zutat in Gebäck und Kuchen.



**Backen • Würzen • Süßspeisen
Müsli • Smoothies und Shakes**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17511	100 ml Flasche (7,90 € / 100 ml)	7,90

ZWIEBEL- KNOBLAUCH RAPSWÜRZÖL



Der kräftige Geschmack von frischer Zwiebel und frischem Knoblauch vereinigen sich in kaltgepresstem Rapsöl zu einem deftig-kräftigen Geschmackserlebnis. Unser Zwiebel-Knoblauch Würzöl ist reich an einfach ungesättigten Fettsäuren. Mit seiner intensiven Note verleiht das Zwiebel-Knoblauch Würzöl allen Gerichten eine kräftige und herzhaft Note.



**Würzen • Marinieren
Dips und Soßen**

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
23011	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50

KOKOSWÜRZÖLE

Unsere Kokoswürzöle werden auf Basis unseres Bio-Kokosöls hergestellt. Dieses wird aus vollreifen Kokosnüssen ohne Hitzezufuhr gewonnen. Mit aromatischen Gewürzen wie Curry, Sternanis, Zimt, Ingwer und Muskat entstehen feine Kokoswürzöle, ein wahrer Geheimtipp für die asiatische und orientalische Küche.



CURRY KOKOSWÜRZÖL

Die Gewürzkomposition in unserem Kokoswürzöl zeichnet sich durch die Balance indischer Geschmacksnuancen aus, die mit der typischen Kokosnote perfekt harmonieren. Dieses vielseitige Würzöl punktet überall dort, wo asiatisches Flair gefragt ist. Besonders köstlich zu Fleisch- und Reisgerichten.

**Braten • Dünsten • Würzen
Marinieren**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
17819	100 g Glas (5,90 € / 100 g)	5,90

RAS EL HANOUT KOKOSWÜRZÖL

Die Gewürzmischung Ras el Hanout gilt als eine würzige Kostbarkeit des Orients. In unserem Kokoswürzöl Ras el Hanout verbinden sich Gewürze aus 1001 Nacht mit der feinen, typischen Kokosnote zu einem orientalischen Genuss. Die süßliche Gewürzkomposition macht Reisgerichte zu einem wahrhaft orientalischen Erlebnis.

**Braten • Dünsten • Würzen
Marinieren**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
10619	100 g Glas (5,90 € / 100 g)	5,90

CHINESISCHE 5 GEWÜRZE KOKOSWÜRZÖL

Unser natives Kokosöl, angereichert mit feurigem Cayenpeffer, Ingwer, Kurkuma & Co. verbindet sich zu einer Komposition für die südasiatische Küche. Mit seiner Schärfe und den typisch chinesischen Gewürzen, verleiht es Frühlingsrollen und Wan-Tan-Füllungen im Handumdrehen ein chinesisches Flair.

**Braten • Dünsten • Würzen
Marinieren**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18319	100 g Glas (5,90 € / 100 g)	5,90

INGWER-LEMON KOKOSWÜRZÖL

Würzig-scharfer Ingwer, duftige Lemonmyrte und die feine, typische Kokosnote: Eine unwiderstehliche, klassische Würzkomposition für die südostasiatische Küche. Besonders köstlich überall dort, wo Kokosmilch im Spiel ist. Übrigens auch als raffinierter Akzent in der süßen Küche zu empfehlen.

**Braten • Dünsten • Würzen
Marinieren**



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18519	100 g Glas (5,90 € / 100 g)	5,90

ASIA-KÜCHE

Eine feine, kleine Auswahl unserer vier köstlichen Kokoswürzöle für die chinesische und indische Küche. Schon mit einem Teelöffel verzaubern Sie ganz einfach asiatische Fleisch-, Fisch- oder Gemüsegerichte, zum Beispiel aus dem Wok.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
61140	4 x 30 ml Set (8,25 € / 100 ml)	9,90

ESSIGE



ESSIG UND ÖL – EIN KULINARISCHES TRAUMPAAR. Guter Essig ist für schmackhafte Salate unentbehrlich. Grund genug für uns, Ihnen neben unseren Ölen auch ein kleines, feines Sortiment ausgewählter Bio-Essige zu präsentieren. Während industriell hergestellte Essige meist einfach nur sauer sind, punktet ein handwerklich hergestellter Essig mit einem Spektrum an Aromen, das in seiner Fülle nur mit einem guten Wein vergleichbar ist. Besonders stolz sind wir auf die vielen wirklich außergewöhnlichen Essig-Variationen, die jeweils nur in kleinen Mengen von ausgewählten Partnern liebevoll hergestellt werden und bei uns in Eichenholzfässern zu echten Delikatessen heranreifen. Grundlage all unserer Essige sind hochwertige Bio-Weine und -Moste, die – je nach Sorte – unterschiedlich komponiert oder mit Kräutern angereichert werden. Bereit für eine kulinarische Entdeckung? Mehr als 20 feine Essigsorten laden zum Genießen ein.

BROMBEER ESSIGCREME



Unsere Brombeer Essigcreme überzeugt mit süß-sauren Brombeernoten und passt, kombiniert mit Nussölen, nicht nur zu sommerlichen Salaten sondern auch als Topping zu Desserts wie Vanilleeis und Panna Cotta. Desserts wie Crêpes und Obstsalate bekommen mit der Essigcreme eine edle Note.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32721	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

DATTEL ESSIGCREME



Die balsamisch-süße Dattel Essigcreme ist eine edle Komposition mit traditionell hergestelltem Bio-Aceto Balsamico und Bio-Dattelsirup. Die Creme verfeinert Salatdressings, Saucen und passt hervorragend zu Arganöl. Ebenso lassen sich Desserts wie Waffeln, Crêpes, Eiscreme und Obstsalate mit der Essigcreme veredeln.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32621	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

GRANATAPFEL ESSIGCREME



Fruchtig süß ist unsere Granatapfel Essigcreme - eine feine Melange mit traditionell hergestelltem Bio-Rotweinessig und Bio-Granatapfelsaft. Die Creme veredelt Dressings und Saucen und passt auch zu asiatischen Gerichten oder Käse. Köstlich zu Desserts, Eiscreme und Obstsalaten.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
33021	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

HIMBEER ESSIGCREME



Unsere Himbeer Essigcreme ist eine fruchtig-süße Komposition mit traditionell hergestelltem Bio-Rotweinessig und Bio-Himbeersaft. Bestens kombinieren lässt sich die Himbeer Essigcreme mit unserem Haselnussöl, pikanten Senfölen oder feinen Mohnölen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32921	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

MANGO ESSIGCREME



Unsere Mango Essigcreme ist eine fruchtig-süße Komposition mit traditionell hergestelltem Bio-Weinessig und Bio-Mangopüree. Die Creme verfeinert Salatdressings, Saucen und passt auch zu Käse. Nicht nur im Sommer veredelt die Creme Eis und fruchtige Desserts.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32821	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

ORANGE ESSIGCREME



Überraschend fruchtig ist unsere Orangen Essigcreme mit handwerklich hergestelltem Bio-Apfel-Orangen Balsamessig und Bio-Orangensaft. Der cremige Essig verfeinert Salatdressings ebenso wie herzhaften Saucen. Unser Tipp: Desserts mit Sahne, Quark und Joghurt bekommen mit der Orangen Essigcreme eine außergewöhnliche Note.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
33121	250 ml Flasche (3,96 € / 100 ml)	9,90

DRESSINGS UND VINAIGRETTE

Mit unseren feinen Essigen und mühlenfrischen Ölen lässt sich eine Vinaigrette in unendlichen Variationen zubereiten. Das Grundrezept ist ganz einfach: 1 Teil Essig, 3 Teile Öl sowie Salz und Pfeffer und etwas Honig oder Agavendicksaft nach Belieben. Bestens eignen sich unsere Essige auch zum Abschmecken von Suppen und Soßen sowie überall dort, wo ein Hauch Säure zusätzliche Akzente setzt. Erfrischend und durstlöschend ist ein fruchtiger Essig im Mineralwasser.

Übrigens: Unsere neuen Essigcremes in sechs ausgewählten Sorten sind so fruchtig und süß, dass kein Honig oder Agavendicksaft zum Süßen von Salatdressings nötig ist. Mit ihrer cremigen Textur kann die Essigcreme als i-Tüpfelchen und zum Garnieren von kalten und warmen Speisen verwendet werden. Sie schmeckt nicht nur hervorragend, sondern verwandelt Ihr Gericht auch zu einem optischen Highlight.

WINTERSALAT MIT CAMEMBERT

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

200 g Feldsalat, 60 g Walnüsse, 1 TL Rohrzucker, Kerne eines Granatapfels, 200 g Camembert, 1 reife Birne

Für das Dressing

4 EL Walnussöl, 3 EL Granatapfel Essigcreme, 1 TL Dijon Senf, eine kleine Knoblauchzehe, Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Feldsalat gründlich waschen. Die Granatapfelkerne im Wasserbad herauslösen, durch ein Sieb geben und abtropfen lassen. Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl anrösten und mit Rohrzucker karamellisieren. Camembert und Birne in Scheiben schneiden, für wenige Minuten in der Pfanne erwärmen und dabei regelmäßig wenden.

Den Salat auf Tellern anrichten, Walnüsse, Birnenscheiben und Camembert gleichmäßig verteilen und mit Granatapfelkernen garnieren. Knoblauchzehe fein hacken, mit den Zutaten für das Dressing vermengen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben.



ACETO BALSAMICO

DUNKEL



Aus frisch gekeltermem Traubensaft hergestellt nach Art eines echten Aceto Traditionale. Der Traubensaft wird zunächst zu Wein und dann zu Essig vergoren. Dem jungen Essig wird ein eingeköchelter Traubenmost hinzugefügt, wodurch er seine liebliche Note erhält. In Eichenholzfässern reift der Balsamico zu einem harmonischen Essig heran.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
34021	250 ml Flasche (1,58 € / 100 ml)	3,95

APFEL BALSAMESSIG



Hergestellt nach Art des echten Aceto Traditionale aus reinem Apfelsaft, der zunächst in Apfelwein gekeltert und dann zu Essig vergoren wird. Seine lieblich-milde Süße erhält unser Apfel Balsamessig durch den Zusatz von schonend eingeköcheltem Apfeldicksaft. In kleinen Eichenholzfässern darf er dann langsam zu einem mildem Balsamessig heranreifen. Die milde Säure gibt Dressings eine fruchtige Note.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
37021	250 ml Flasche (2,20 € / 100 ml)	5,50

APFEL-ORANGEN BALSAMESSIG



Für diese besondere Essigspezialität wird naturtrüber Apfelsaft nach Abschluss der Fermentationsschritte zusammen mit Orangenschalen in kleinen Eichenholzfässern solange gelagert, bis er das natürliche, erfrischende Aroma der Zitrusfrüchte angenommen hat. Der köstliche Apfel-Orangen Balsamessig ist eine Bereicherung für Salate aller Art, Dips, Saucen und Gemüsegerichte.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32221	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90

APFEL-QUITTEN BALSAMESSIG



Hier treffen zwei heimische Früchte aufeinander: Der frisch gekelterte Saft von Äpfeln und Quitten wird zunächst zu Wein und im Anschluss zu Essig vergoren. Er ist frei von Süßungsmitteln, wird nicht gefiltert und nicht pasteurisiert. So bleiben die natürlichen Inhaltsstoffe und das typische, duftige Aroma besonders gut erhalten. Ein wahrer Geheimtipp für fruchtig schmeckende Dips und Dressings.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32111	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
32121	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90

APFELESSIG NATURTRÜB



Unser naturtrüber Apfelessig entsteht aus frisch gekelertem Apfelsaft ohne Zusatz von Süßungsmitteln. Nachdem dieser zunächst mit Weinhefen zu Apfelwein vergoren wurde, wird er von Essigsäurebakterien in einen Apfelessig mit mindestens 5 % Säure umgewandelt. Der Essig wird weder gefiltert noch pasteurisiert und enthält die natürlichen Vitamine und Mineralstoffe des Apfels. Für Salate und als Zugabe in Mineralwasser.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
35021	250 ml Flasche (1,40 € / 100 ml)	3,50



GEFÜLLTE AVOCADO

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

2 reife Avocados, 100 g Mozzarellakugeln, 100 g Kirschtomaten, 1 Knoblauchzehe, frischer Basilikum, 2 TL Crema del Borgo, 2 TL Avocadoöl, Kräutersalz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Mozzarellakugeln und Tomaten halbieren. In einer Schale mit gehacktem Knoblauch, Basilikum, Crema del Borgo und Avocadoöl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Avocados halbieren und den Kern entfernen. Die Schale kann vorsichtig mit einem Messer entfernt werden. Die Mozzarella-Tomatenmischung großzügig in den Avocadohälften verteilen und mit frischem Basilikum garnieren.

CONDIMENTO BIANCO



Aus frisch gekelertem Weißwein, hergestellt nach Art eines echten Aceto Tradizionale. Der Traubensaft wird zunächst zu Weißwein und dann zu Essig vergoren. Dem jungen Essig wird ein schonend eingekochter Traubenmost hinzugefügt. In kleinen Eichenholzfässern wird er dann gelagert und reift zu einem harmonischen Balsamelessig heran. Ein Klassiker für kalte und warme Speisen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
36021	250 ml Flasche (1,58 € / 100 ml)	3,95

CREMA DEL BORGO ACETO BALSAMICO



Dieser liebliche und cremige Aceto Balsamico wird aus frisch gekelertem Traubensaft der Rebsorte Spätburgunder hergestellt, nach Art eines echten Aceto Tradizionale. In kleinen Eichenholzfässern wird er gelagert und reift zu einem mild harmonischen und süßen Balsamelessig heran. Für Feinschmecker, die das Besondere lieben. Die ideale Zutat für Tomate-Mozzarella, Salate und Erdbeeren.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
38111	100 ml Flasche (9,90 € / 100 ml)	9,90
38121	250 ml Flasche (6,36 € / 100 ml)	15,90

DILLESSIG



Erntefrische, handgepflückte Dillblüten aus heimischem Bioland-Anbau verleihen diesem leichten Weißweinessig seine typische, würzige Note und machen ihn zu einem Klassiker für Gurkensalat. Bereits eine kleine Menge verfeinert eine Vinaigrette, Mayonnaise oder Marinade. Ideal auch zum Einmachen von Gurken & Co.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31521	250 ml Flasche (2,20 € / 100 ml)	5,50

HIMBEERESSIG



Unser Himbeeressig wird direkt aus dem Muttersaft pflückfrischer Bio-Himbeeren hergestellt. Das verleiht ihm sein einzigartiges fein-fruchtiges Aroma. Enthält zirka 5 % Säure. Ohne Zusatz von Zucker. Ein Klassiker der feinen Küche, in Vinaigrettes, zu bunten Salaten und zum Verfeinern von Saucen. Harmoniert besonders gut mit geröstetem Haselnuss-, Mohn- oder Walnussöl.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31121	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90

HOLUNDERBLÜTEN BALSAMESSIG



Mit dem feinen, fruchtigen Duft- und Geschmack der hierzulande so beliebten Hollerblüte. Hergestellt durch natürliche Fermentation von Holunderblütensirup, verfeinert mit Riesling-Essig und Zitrone. Veredelt jedes Salatdressing mit seiner balsamisch-süßen Note.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32311	100 ml Flasche (4,50 € / 100 ml)	4,50
32321	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90

JOHANNISBEERESSIG SCHWARZ



Hergestellt aus dem reinen Muttersaft schwarzer Johannisbeeren (Cassis). Nach der Fermentation durch Essigsäurebakterien reift der Essig in kleinen Eichenholzfässern. So entsteht eine Essigspezialität mit dem kräftigen Aroma der vollreifen Johannisbeere. Für Dressings, ideal in Kombination mit Nussölen, Raps-, Sonnenblumen- oder Olivenöl.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31211	100 ml Flasche (3,95 € / 100 ml)	3,95
31221	250 ml Flasche (2,60 € / 100 ml)	6,50

KRÄUTERESSIG



Ein mediterraner Kräuterstrauß aus Majoran, Thymian, Estragon und Kerbel bildet die Grundlage für die harmonischen Noten dieses würzigen Weinessigs, zu denen jedes Würzkraut seine besondere Note beisteuert. Ideal in der Mittelmeerküche, zum Beispiel in mediterranen Gerichten, Fleisch- und Fischmarinaden, Suppen, Saucen und Salatdressings.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31321	250 ml Flasche (1,80 € / 100 ml)	4,50

PRINCIPE DE GERACE ACETO BALSAMICO DI MODENA



Aus biologisch angebauten vollreifen Weintrauben wird dieser Balsamico Essig aus Modena nach traditionellen Methoden hergestellt. Er ist mindestens drei Jahre gereift und überzeugt durch ausgewogene süß-säuerliche Noten. Ein Muss für die mediterrane Küche.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
70946	250 ml Flasche (3,16 € / 100 ml)	7,90

ROTWEINESSIG



Dieser klassische Weinessig entsteht aus einem Cuvée verschiedener, roter Rebsorten. Im ersten Schritt wird der Traubensaft zu Rotwein vergoren, im zweiten Schritt mit Essigsäurebakterien zu einem feinen, aromatischen Essig fermentiert. Dabei wird der von Natur aus enthaltene Zucker vollständig umgewandelt. Der Essig ist ein Multitalent in der Küche, ideal für Speisen, die eine dezente Säurenote brauchen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
32021	250 ml Flasche (1,40 € / 100 ml)	3,50

SAUERKIRSCHESSIG



Diese besondere Essigspezialität wird aus reinem Sauerkirsch-Muttersaft hergestellt. Der Essig überzeugt durch intensive Fruchtnoten und spritzige Säure (5 %). Er eignet sich nicht nur für bunte Salate und Blattsalate oder Wildgerichte, sondern auch zu heißen Kirschen mit Eis. Schon wenige Tropfen setzen süß-saure Akzente.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31621	250 ml Flasche (2,60 € / 100 ml)	6,50

RUCOLASALAT MIT FEIGEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

250 g Rucola, 250 g Ziegenkäse, 8 frische Feigen, 100 g Walnusskerne, 4 EL Bucheckernöl, 2 EL Weißweinessig oder Rotweinessig, 1 TL Honig, Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Rucola waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Den Ziegenkäse zerbröseln und mit dem Rucola in einer Schüssel mischen. Feigen waschen und vierteln. Walnusskerne hacken und in einer Pfanne ohne Öl für wenige Minuten anrösten und zum Salat geben. Einen Esslöffel Bucheckernöl in der Pfanne leicht erhitzen und darin die Feigen 2 Minuten erwärmen und ebenfalls zum Salat geben. Ein Dressing aus Bucheckernöl, Essig, Honig, Salz und Pfeffer anmischen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben.



TOMATENESSIG



Eine kulinarische Rarität, hergestellt aus reinem Tomatensaft. Ideal - natürlich - für alles Tomatige, aber auch wunderbar in Marinaden zu Fleisch, oder Fisch oder auf Mozzarella. In würzigen Dressings harmonisiert diese rötliche Essig-Spezialität bestens mit Nussölen, Raps-, Sonnenblumen- oder Olivenöl.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31921	250 ml Flasche (3,00 € / 100 ml)	7,50

WEISSWEINESSIG



Ein klassischer Essig mit dem natürlichen Aroma eines erlesenen Weißweines. Der zuckerfreie Weinessig entsteht aus einem Traubensaft-Cuvée heller Weißweinsorten. Im ersten Schritt wird der Traubensaft zu Weißwein vergoren, im zweiten Schritt fermentieren Essigsäurebakterien den Wein bis zu einem Säuregehalt von zirka 6 %. Ein Multitalent in der Küche für alle Speisen, zu denen einen säuerliche Note passt.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
31021	250 ml Flasche (1,40 € / 100 ml)	3,50

VERSCHENKEN & PROBIEREN



GESCHENKE, DIE VON HERZEN KOMMEN. Die besten Geschenke sind doch immer noch die, die man am liebsten selbst behalten möchte, oder? Unsere Bio-Öle und Feinkostspezialitäten sorgen für kulinarische Momente und sind das i-Tüpfelchen in der Küche. Doch sie sind noch viel mehr als das. Mit ihrem einzigartigen Geschmack und den wertvollen Inhaltsstoffen aus biologischem Anbau sind sie das ideale Geschenk für Ihre Liebsten, für Kochbegeisterte und gesundheitsbewusste Genießer. Neben Kompositionen für die regionale, mediterrane, orientalische oder chinesische Küche finden sich hier auch unsere »Renner« mit fünf beliebten Essigen, Speiseölen oder Würzölen in der Mini-Flasche. Ob als kulinarisches Highlight oder Anreiz für den Ölwechsel in der Küche, diese kleinen Überraschungen bereiten Freude und Genuss. Entdecken Sie unsere Geschenkvielfalt oder stellen Sie sich Ihr Wunschset ganz einfach selbst zusammen.

FRUCHTIGE RENNER

Eine Auswahl an feinen Essigen in Mini-Flaschen:
In diesem Set vereinen sich fünf unserer köstlichen Essigcremes 20 ml zu unseren Fruchtigen Rennern: mit Mango, Brombeer, Granatapfel, Dattel und Orangen Essigcreme.



Neu



Art. Nr. Gebinde Preis in €
62021 5 x 20 ml Set (14,90 € / 100 ml) 14,90

KERNIGE UND NUSSIGE RENNER

Diese Auswahl an Kern- und Nussölen in Mini-Flaschen eröffnet eine Vielfalt kulinarischer Möglichkeiten. Enthält: Arganöl geröstet, Kürbiskernöl geröstet, Pflaumenkernöl, Senföl, Walnussöl.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
61151 5 x 20 ml Set (13,90 € / 100 ml) 13,90

SAURE RENNER

Eine Auswahl an feinen Essigen in Mini-Flaschen.
Ideal zum Kennenlernen oder als Geschenk für Genießer und Gourmets. Enthält: Apfel-Orangen Balsamessig, Condimento Bianco, Crema del Borgo, Himbeereessig und Holunderblüten Balsamessig.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
61181 5 x 20 ml Set (12,90 € / 100 ml) 12,90

WÜRZIGE RENNER

Diese Auswahl an Kräuter- und Würzölen in dekorativen Mini-Flaschen eröffnet eine Vielfalt kulinarischer Möglichkeiten. Enthält: Kaffee-Mandel Öl, Ingwer-Lemongrass Rapswürzöl, Mediterranes Rapswürzöl, Basilikum Rapswürzöl und Fruchtiges Salatöl.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
61150 5 x 20 ml Set (11,90 € / 100 ml) 11,90

ASIA-KÜCHE

Eine feine, kleine Auswahl unserer vier köstlichen Kokoswürzöle für die chinesische und indische Küche. Schon mit einem Teelöffel verzaubern Sie ganz einfach asiatische Fleisch-, Fisch- oder Gemüsegerichte, zum Beispiel aus dem Wok.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
61140 4 x 30 ml Set (8,25 € / 100 ml) 9,90

ECHT! REGIONALE KLASSIKER

Für die heimische Küche empfehlen wir unsere regionalen Klassiker Basilikum, Suppengrün und Bärlauch Würzöl. Schon einige Tropfen der Würzöle veredeln zum Beispiel Salate, Gemüse, Suppen, Eintöpfe, Kartoffelgerichte und Dips zu regionalen Köstlichkeiten. Kaltgepresste Rapsöle mit essenziellen Fettsäuren und dem echten Geschmack frischer Kräuter.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
61147 3 x 100 ml Set (46,50 € / 1l) 13,95

ESSIG & ÖL

Dieses Set aus zwei Ölen und einem Essig eröffnet eine Vielfalt kulinarischer Dressingmöglichkeiten. In Salaten und dort, wo eine Zitrusnote gewünscht ist, setzt das Würzöl Olive-Zitrone frische Akzente. Der fruchtige Holunderblütenbalsamessig verwandelt in Kombination mit dem goldgelben, gerösteten Haselnussöl jedes Salatdressing in ein nussig-feines Geschmackserlebnis.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
61149	3 x 100 ml Set (53,00 € / 1l)	15,90

FRUCHTESSIGE

Die Vielfalt unserer Essige aus Früchten, Blüten und Beeren heimischer Gärten lernen Sie mit diesem Essig Set kennen. Hier trifft ein Essig mit vollem Aroma und milder Säure aus Äpfeln und Quitten auf den fruchtigen Duft des sommerlichen Holunderblüten Balsamessigs sowie den unverkennbaren Cassis-Geschmack im Essig schwarzer Johannisbeeren.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
61148	3 x 100 ml Set (43,17 € / 1l)	12,95

MEDITERRANE KÜCHE

Wie ein kleiner Kräutergarten bereichern die drei Würzöle Basilikum, Kräuter der Provence und Mediterran Ihre mediterranen Gerichte mit fein-würzigen, typischen Kräuternaromen. Fein für Salate und Suppen, Fisch-, Fleisch- und Gemüsegerichte.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
60111	3 x 100 ml Set (45,00 € / 1l)	13,50

ORIENTALISCHE KÜCHE

Drei authentische Gewürzkompositionen: Mit Chili, Garam Masala und Tandoori Würzöl begeistert dieses Set jeden, der den orientalischen Geschmack und Speisen der würzigen indischen und asiatischen Küche liebt. Die Würzöle verzaubern im Handumdrehen Fisch-, Fleisch-, Gemüse- und Wokgerichte.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
60311	3 x 100 ml Set (46,50 € / 1l)	13,95

SALATÖLE

Dieses Set aus drei Salatölen ermöglicht eine Vielfalt köstlicher Dressingvariationen. Das fruchtige Salatöl setzt mit Orangen-, Limetten- und Zitronenöl frische Akzente für Salate, Smoothies und Dips. Eine Komposition aus Sonnenblumenöl, Raps- und Olivenöl geben dem kernigen Salatöl das gewisse Etwas. Das würzige Salatöl ist eine feine Mischung aus Sonnenblumen- und Rapsöl mit Auszügen von Dill, Basilikum und Estragon.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
61171	3 x 100 ml Set (45,01 € / 1l)	13,50

WUNSCHSET ZUSAMMENSTELLEN

Mit unserem Set-Konfigurator können Sie Ihre Lieblingsprodukte noch einfacher verschenken. Stellen Sie sich Ihr individuelles Set unter oelmuehle-solling.de/set zusammen. Unseren Geschenkkarton gibt es gratis dazu.



3er Set
Konfigurator

Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
93002	3 x 100 ml Set (0,00 € / 100 ml)	0,00

STREICHZARTER GENUSS MIT PESTO UND AUFSTRICH

Echte Lieblinge sind unsere drei Pesto-Varianten: Eine feine Mischung aus gehackten Walnüssen, Walnussöl, Parmesan und Kräutern machen das Walnuss Pesto kräftig und nussig. Das pikante Kirschtomaten Pesto überzeugt durch seinen mediterranen Geschmack. Einem Hauch von Apfel hat das Cashew-Kürbiskern Pesto seine süßliche Note zu verdanken.

Auf der Basis unseres köstlichen Kokosöls stellen wir in unserer Manufaktur köstliche Aufstrich-Kompositionen her. Sie bringen eine Vielfalt an Fettsäuren, Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenbegleitstoffen mit. Bei der Herstellung verwenden wir ausschließlich natürliche Zutaten.

KIRSCHTOMATEN PESTO

Ein herzhaft-pikantes Pesto mit Kirschtomaten, Parmesankäse und Cashewnüssen, fein abgerundet mit italienischen Gewürzen und einem Hauch unseres Mediterranen und Chili Würzöls.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
70619	110 g Glas (6,27 € / 100 g)	6,90

COCOLINO

MIT 33 % LEINÖL

Rein pflanzlicher Brotaufstrich aus nativem Kokosöl, Sanddornöl und mühlenfrisch kaltgepresstem Leinöl. Mit einem Gehalt von 15 g Omega-3-Fettsäuren pro 100 g.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18411	160 g Glas (3,09 € / 100 g)	4,95

KÜRBISKERN KOKOS AUFSTRICH

Der pflanzliche Brotaufstrich aus Kokosöl und steirischem Kürbiskernöl macht es möglich, das in der Volkskunde empfohlene Kürbiskernöl einfach auf dem Brot zu verzehren. Es enthält zudem Vitamin E. Als feine Alternative zu Butter oder Margarine und köstlich zu Käse.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18911	160 g Glas (3,09 € / 100 g)	4,95

CASHEW- KÜRBISKERN PESTO

Mit feinen Cashew- und Kürbiskernen, abgeschmeckt mit Parmesan, Röstzwiebel und einem Hauch von süßem Apfel sowie geröstetem Kürbiskernöl. Ideal zu Pasta, als Brotaufstrich und zu herzhaften Kartoffelgerichten.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
71802	110 g Glas (6,27 € / 100 g)	6,90

WALNUSSPESTO

Eine außergewöhnlich aromatische Pesto-Variante mit gehackten Walnüssen, Walnussöl und Parmesan, fein abgerundet mit mediterranen Kräutern und milder Knoblauchnote.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
70564	110 g Glas (6,27 € / 100 g)	6,90

KOKOSMUS

Für die süße, exotische Spezialität wird das Fruchtfleisch frisch getrockneter Kokosnüsse schonend vermahlen und leicht entölt. Unser Kokosmus ist frei von Süßungsmitteln und Zusatzstoffen und bietet puren Genuss mit allen wertvollen Bestandteilen der Kokosnuss.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18211	160 g Glas (3,09 € / 100 g)	4,95

RÖSTZWIEBEL KOKOS MIT 29 % LEINÖL

Herzhafter, rein pflanzlicher Brotaufstrich aus nativem Kokosöl und mühlenfrischem Leinöl, abgerundet mit herzhaften Röstzwiebeln und Apfelchips. Unsere vegane Alternative zu Schmalz.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
18711	150 g Glas (3,30 € / 100 g)	4,95

MEHLE, PULVER & SAMEN KERNE & NÜSSE



FEIN VERMAHLENE VIELFALT. Vollreife Ölsaaten und Nüsse werden durch schonende Kaltpressung von einem Teil ihrer natürlich enthaltenen Öle und Fette getrennt. Der wertvolle Presskuchen, der dabei übrig bleibt, wird sorgsam zu Nussmehlen vermahlen. Mandelmehl, Leinsamenmehl, Hanfmehl oder Walnussmehl sind als Zutat für Müsli, Smoothie, Brot und Gebäck beliebt und liefern pflanzliches Eiweiß, Ballaststoffe, Vitamine, sekundäre Pflanzenstoffe und hochwertige Fettsäuren. Auch unverarbeitete Kostbarkeiten aus der Natur wie Schwarzkümmelsamen, Chiasamen und Hanfsamen können Sie hier entdecken. Unser Hagebuttenpulver, schonend vermahlen aus handgepflückten, reifen Bio-Hagebutten, sorgt für eine Extra-Portion Vitamin C. Ganz neu bei uns: Eine Vielfalt an außergewöhnlichen Pulversorten wie Ashwagandha, Maca und Flohsamenschalen. Beliebt in der Naturheilkunde und rein natürlichen Ursprungs.

CHIAMEHL

TEILENTÖLT

Das Mehl aus den süd- und mittelamerikanischen Chiasamen ist ein Vitalstofflieferant und enthält noch zirka 7 g Chiaöl pro 100 g. Es ist reich an pflanzlichem Eiweiß und Ballaststoffen. Ideal zum Binden von Suppen und Soßen und als Backzutat. Eine tägliche Aufnahme von 15 g sollte nicht überschritten werden.



Backen • Dips und Soßen

Art. Nr. Gebinde Preis in €
43253 500 g Beutel (9,90 € / 1kg) 4,95

HANFMEHL

TEILENTÖLT

Hanfmehl wird aus frischer Speisehanfsaat hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen wird. Es enthält zirka 10 g Hanföl pro 100 g und hat einen hohen Gehalt an pflanzlichem Eiweiß (zirka 28 g pro 100 g). Für unser Hanfmehl beziehen wir Hanfsamen aus Deutschland, Frankreich und den Niederlanden.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44553 500 g Beutel (11,90 € / 1kg) 5,95



KOKOS-PFANNKUCHEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

4 Eier, 2 EL Mineralwasser mit Kohlensäure,
3 EL Sahne, 1 EL weiche Butter,
2 EL weiches Kokosöl, 60 g Kokosmehl,
2 EL Rohrzucker, ½ TL Backpulver,
1 Prise Salz, 2 EL Kokosraspel

ZUBEREITUNG

Eier, Wasser, Sahne, Butter und einen Esslöffel Kokosöl in einer Schüssel schaumig schlagen. Kokosmehl, Zucker, Backpulver und Salz untermischen und zu einem gleichmäßigen Teig verarbeiten. Etwa 15 Minuten gehen lassen. In einer Pfanne in Kokosöl beidseitig goldgelb backen. Nach Belieben mit Kokosraspeln bestreuen. Dazu passt frisches Obst.

HASELNUSSMEHL

TEILENTÖLT

Haselnussmehl wird aus ungerösteten Haselnüssen hergestellt, die entölt und fein vermahlen werden. Es enthält noch 17 g Haselnussöl pro 100 g und ist reich an pflanzlichem Eiweiß sowie an Ballaststoffen (23 g pro 100 g). Die Haselnüsse beziehen wir von ökologisch bewirtschafteten Plantagen aus den sonnenverwöhnten Regionen der Schwarzmeerküste.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
46253 500 g Beutel (13,00 € / 1kg) 6,50

KOKOSMEHL

TEILENTÖLT

Kokosmehl wird aus frischem Kokosnussfleisch hergestellt, das getrocknet, entölt und fein vermahlen wird. Es enthält noch 10 g Kokosöl pro 100 g, ist reich an pflanzlichem Eiweiß und weist einen Gehalt von 34 g an Ballaststoffen pro 100 g auf. Die verwendeten Kokosnüsse stammen von Erzeugerbetrieben in Sri Lanka und den Philippinen. Glutenfrei.



**Backen
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
48253 500 g Beutel (9,90 € / 1kg) 4,95

KÜRBISKERNMEHL

TEILENTÖLT

Kürbiskernmehl wird aus ungerösteten Kürbiskernen hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen werden. Es enthält noch 8 g Kürbiskernöl pro 100 g und weist einen hohen Gehalt an pflanzlichem Eiweiß (62 g pro 100 g) und an Ballaststoffen (zirka 13 g pro 100 g) auf. Ideal als Zutat für Brot und Brötchen oder als Paniermehl.



Backen

Art. Nr. Gebinde Preis in €
49853 500 g Beutel (9,90 € / 1 kg) 4,95



LEINSAMENMEHL

TEILENTÖLT

Unser Leinsamenmehl wird aus Naturland Leinsaat hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen wird. Es enthält noch zirka 10 g wertvolles Leinöl pro 100 g und ist reich an pflanzlichem Eiweiß sowie an Ballaststoffen (zirka 40 g pro 100 g). Ideal als Zutat im Müsli, für Brot, Brötchen, Kekse und Kuchen.



Backen • Müsli

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44153 500 g Beutel (5,90 € / 1 kg) 2,95



MANDELMEHL

TEILENTÖLT

Mandelmehl wird aus ungerösteten Süßmandeln gewonnen. Es enthält noch 10 g Mandelöl pro 100 g und ist reich an pflanzlichem Eiweiß sowie an Ballaststoffen (zirka 18 g pro 100 g). Das Mehl weist einen hohen Gehalt an einfach ungesättigten Fettsäuren auf. Ideal für feine Backwaren und Kekse oder zum Anreichern von Smoothies und Shakes. Glutenfrei.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
46553 500 g Beutel (29,80 € / 1 kg) 14,90



SENFMEHL

TEILENTÖLT

Senfmehl wird aus unbehandelten, gelben Senfkörnern hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen werden. Es enthält noch zirka 8-10 g Senföl pro 100 g. Seine Schärfe entwickelt das Senfmehl erst im Kontakt mit Wasser. Es verleiht einer Vielzahl von Speisen einen orientalischen Geschmack. Ideal als Zutat für hausgemachten Senf, Marinaden, Saucen und Suppen sowie für Fleisch- und Fischgerichte.



**Würzen • Dressing
Dips und Soßen**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
43053 500 g Beutel (13,80 € / 1 kg) 6,90



SESAMMEHL

TEILENTÖLT

Sesammehl wird schonend aus ungerösteter Sesamseed hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen wird. Es enthält noch zirka 10-12 g Sesamöl pro 100 g und ist reich an pflanzlichem Eiweiß sowie an Ballaststoffen (zirka 21 g pro 100 g). Sesammehl verleiht Speisen einen angenehm nussigen Geschmack und einen Hauch von orientalischem Flair.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44353 500 g Beutel (7,90 € / 1 kg) 3,95



WALNUSSEMEHL

TEILENTÖLT

Unser Walnussmehl wird aus ungerösteten Walnüssen hergestellt, die schonend entölt und fein vermahlen werden. Es enthält noch zirka 15 g Walnussöl pro 100 g und ist reich an pflanzlichem Eiweiß (zirka 45 g pro 100 g) sowie an Ballaststoffen (zirka 18 g pro 100 g). Ideal für feine Backwaren und Kekse. Glutenfrei.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
46153 500 g Beutel (11,90 € / 1 kg) 5,95



ASHWAGANDHA PULVER

FEIN VERMAHLEN

Unser Bio-Ashwagandha Pulver wird aus den Wurzeln der Ashwagandha-Pflanze gewonnen und ist ein rein pflanzliches Produkt. Durch eine schonende Verarbeitung bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe in ihrer besten Form erhalten. Ashwagandha ist auch als Schlafbeere, Winterkirsche oder Indischer Ginseng bekannt. Als Heilpflanze ist sie bereits seit Tausenden von Jahren wegen ihrer Verwendung und Wirkung für medizinische Zwecke beliebt.



**Würzen
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72528 180 g Beutel (4,39 € / 100 g) 7,90



CEYLON ZIMT

FEIN VERMAHLEN

Unser Ceylon Zimt aus kontrolliert biologischem Anbau wird schonend und in Rohkostqualität aus ganzen Zimtstangen fein vermahlen. Die Heimat unseres Ceylon Zimts liegt in Indien. Verglichen mit Cassia Zimt hat Ceylon Zimt einen deutlich geringeren Gehalt an Cumarin. Unser Bio-Zimt mit süß-aromatischem Geschmack ist ein rein pflanzliches Produkt ohne Farb-, Geschmacks- und Konservierungsstoffe.



**Würzen • Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72527 180 g Beutel (4,94 € / 100 g) 8,90



FLOHSAMENSCHALEN

FEIN VERMAHLEN

Unsere gemahlene Flohsamenschalen stammen aus kontrolliert biologischem Anbau in Indien. Das feine Pulver ist zu 100 % natürlichen Ursprungs und beinhaltet keinerlei Zusatzstoffe. Es ist vegan, laktose- und glutenfrei. Gemahlene Flohsamenschalen sind besonders reich an Schleim- und Ballaststoffen.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72529 500 g Beutel (27,80 € / 1kg) 13,90



GERSTENGRASPULVER

FEIN VERMAHLEN

Unser Bio-Gerstengraspulver wird aus den jungen Trieben der Gerstengraspflanze gewonnen. Durch schonende Verarbeitung bleiben die Inhaltsstoffe in ihrer besten Form erhalten. Gerstengraspulver ist eine Quelle für Zink und überzeugt mit einem hohen Gehalt an Eisen, Kalzium und Magnesium. Es ist laktosefrei, vegan sowie frei von Farb-, Konservierungs- und Geschmacksstoffen.



**Müsli • Smoothies und Shakes
Dips und Soßen**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72537 500 g Beutel (29,80 € / 1kg) 14,90



HAGEBUTTENPULVER

FEIN VERMAHLEN

Hagebuttenpulver in Rohkostqualität wird aus wertvollen Hagebutten hergestellt, die schonend vermahlen werden. Die Hagebutte ist eine Wildrosenart aus Südamerika, die durch ihren hohen Anteil an Ballaststoffen und Vitamin C überzeugt. Das rötliche Pulver kann in Joghurt oder Fruchtpürees eingerührt werden.



**Süßspeisen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
48453 500 g Beutel (19,80 € / 1kg) 9,90



HANFPROTEIN

TEILENTÖLT

Das Hanfprotein wird schonend aus Bio-Hanf samen hergestellt. Dank des Proteingehalts von zirka 50 g pro 100 g ist es eine ideale Ergänzung bei der täglichen Ernährung für Bodybuilder, Sportler, Vegetarier und Veganer. Hanfprotein ist vegan, laktose- und glutenfrei.



**Backen • Müsli
Smoothies und Shakes**

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44558 500 g Beutel (19,80 € / 1kg) 9,90



INGWERPULVER

FEIN VERMAHLEN

Unser Ingwerpulver wird schonend und in Rohkostqualität aus kontrolliert biologisch angebauten Ingwerwurzeln hergestellt. Die Wurzeln stammen aus Indien und werden nach der Ernte geschält, schonend bei maximal 40 °C getrocknet und fein vermahlen. Dadurch bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe und der natürliche Geschmack erhalten. Unser Pulver ist 100 % natürlich, frei von Zusatzstoffen sowie vegan und laktosefrei.



Würzen
Smoothies und Shakes
Dips und Soßen

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72536 500 g Beutel (25,80 € / 1kg) 12,90



KURKUMA PULVER

FEIN VERMAHLEN

Unser Kurkuma Pulver wird in Rohkostqualität aus kontrolliert biologisch angebauten Kurkumawurzeln hergestellt. Die gelben Wurzeln werden nach der Ernte geschält, bei maximal 40 °C getrocknet und zu einem feinen Pulver vermahlen. Durch die schonende Herstellung bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe und die natürliche Farbe in ihrer besten Form erhalten.



Würzen • Dips und Soßen

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72432 500 g Beutel (19,80 € / 1kg) 9,90



MACA PULVER

FEIN VERMAHLEN

Unser Maca Pulver ist ein rein pflanzliches Naturprodukt aus kontrolliert biologischem Anbau in Indien. Das feine Pulver wird aus der Wurzel der Maca-Pflanze ohne Zusätze und in Rohkostqualität hergestellt. Die Wurzel wird nach der Ernte getrocknet und zu einem feinen Pulver vermahlen. Durch die schonende Verarbeitung bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe in bestmöglicher Form erhalten. Das Pulver der Maca-Wurzel ist vegan, laktose- und glutenfrei.



Müsli • Smoothies und Shakes

Art. Nr. Gebinde Preis in €
72526 250 g Beutel (3,56 € / 100 g) 8,90



CHIASAMEN

SALVIA HISPANICA

Chiasamen wurden schon von den Azteken, Mayas und Inkas als Nährstofflieferant geschätzt. Das enthaltene Chiaöl ist reich an Omega-3-Fettsäuren (19 g pro 100 g). Sie quellen mit Wasser zu einer gelartigen Masse auf. Gemäß der EU-Verordnung über neuartige Lebensmittel EG 258/97 sind Chiasamen für den Verzehr bis zu max. 15 g pro Tag geeignet.



Backen • Süßspeisen • Müsli

Art. Nr. Gebinde Preis in €
43256 500 g Beutel (13,80 € / 1kg) 6,90



HANFSAMEN

UNGESCHÄLT

Ungeschälte Hanfsamen in Rohkostqualität stammen aus kontrolliert biologischem Anbau und sind reich an Ballaststoffen. Sie weisen zudem einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren auf. Stets gut verschlossen, kühl und dunkel aufbewahren. Speisehanf hat keine berauschende Wirkung. Die Samen dürfen nicht zur Aussaat verwendet werden.



Backen • Müsli

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44556 500 g Beutel (13,80 € / 1kg) 6,90



SCHWARZKÜMMELSAMEN

NIGELLA SATIVA

Voll ausgereifte ägyptische Bio-Schwarzkümmelsamen. Die kleinen, schwarzen Samen des Schwarzkümmels zeichnen sich durch ihren intensiven, würzigen Geschmack aus. Sie enthalten Bitter- und Gerbstoffe. Bemerkenswert ist auch der hohe Gehalt an ätherischen Ölen. Schwarzkümmel wird in der Volksheilkunde sowie in der orientalischen Küche hoch geschätzt.



Backen • Würzen
Dips und Soßen

Art. Nr. Gebinde Preis in €
44956 500 g Beutel (15,80 € / 1kg) 7,90



CASHEWKERNE

Die naturbelassenen Cashewkerne in Rohkostqualität stammen aus kontrolliert biologischem Anbau und enthalten wertvolle Ballaststoffe und pflanzliches Eiweiß. Sie sind naturbelassen und nicht geröstet oder gesalzen. Sie eignen sich pur als Snack für Zwischendurch und zum Verfeinern von Müsli, Salaten und asiatischen Gerichten.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72408 300 g Beutel (39,67 € / 1kg) 11,90

KÜRBISKERNE

Unsere Bio-Kürbiskerne enthalten wertvolle Ballaststoffe. Sie eignen sich hervorragend zu Müsli, zum Verfeinern von Salaten und Gemüsegerichten. Ebenso geben sie Suppen, ganz besonders einer herbstlichen Kürbissuppe, das gewisse Etwas. Kürbiskerne sind eine ideale Backzutat für Brot und Brötchen und auch pur ein echter Genuss.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72409 500 g Beutel (19,80 € / 1kg) 9,90

MANDELN

Die naturbelassenen frischen Mandelkerne aus kontrolliert biologischem Anbau enthalten 21 g wertvolles Eiweiß pro 100 g. Wegen ihres milden, nussig-süßlichen Geschmacks sind sie besonders zum Verfeinern von Desserts, Joghurt und Müsli oder als Backzutat für Brot, Brötchen und Kuchen geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72412 500 g Beutel (29,80 € / 1kg) 14,90

NUSS UND FRUCHT EDELMISCHUNG

Eine bunte Mischung verschiedener Nüsse und Früchte aus kontrolliert biologischem Anbau für den optimalen Snack für zwischendurch. Die Edelmischung enthält eine Variation aus verschiedenen Nüssen sowie getrockneten Rosinen, Cranberries, Bananen, Goji Beeren, Physalis und Sauerkirschen. Auch zum Verfeinern von Müsli, Joghurt, Kuchen und Gebäck.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72410 200 g Beutel (3,45 € / 100 g) 6,90

PARANUSSKERNE

Unsere Paranüsse stammen aus kontrolliert biologischem Anbau und enthalten einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Da sie pflanzliches Eiweiß besitzen, eignen sie sich optimal für Vegetarier und Veganer. Durch ihren süßlichen Geschmack passen sie zu Desserts, Kuchen und Gebäck. Auch Salate und Gemüse lassen sich mit den Nüssen veredeln.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72406 500 g Beutel (31,80 € / 1kg) 15,90

WALNUSKERNE

Die naturbelassenen Walnusskerne in Rohkostqualität stammen aus kontrolliert biologischem Anbau und enthalten wertvolle Ballaststoffe. Walnüsse lassen sich sowohl pur als Snack genießen als auch in Brot und Gebäck verarbeiten. Besonders köstlich im Salat, für Gemüsegerichte und zum Garnieren von Eiscreme.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
72405 500 g Beutel (25,80 € / 1kg) 12,90



SOLLING

NATURKOSMETIK

Seit 1996

GUTES AUS DER NATUR. Kostbare Öle und natürliche Hautpflege – das gehört für uns einfach zusammen. In unserer Naturkosmetik entfalten Öle, Balsame und Seifen ihre pflegende und schützende Wirkung, ob naturbelassen und pur oder mit ätherischen Ölen und feinen Düften kombiniert. Sie bringen das richtige Spektrum an Vitaminen, Fettsäuren und pflanzlichen Wirkstoffen mit. Unserer Haut und Umwelt zuliebe verzichten wir bei der Herstellung auf chemische Zusatzstoffe, denn wir sind davon überzeugt: Die Natur hat alles zu bieten, was wir für die natürliche Hautpflege brauchen. Auf die Qualität unserer Produkte können Sie sich verlassen. Alle Hautöle, Balsame und Seifen tragen das international anerkannte NATRUE Biokosmetik Siegel für »echte« Naturkosmetik.

SENSITIV

Empfindliche Haut braucht milde und gut verträgliche Pflege. Unsere Sensitiv Linie umfasst naturbelassene, duftfreie Öle und Hautbalsame für Gesicht, Körper und Haar sowie eine reine Seife aus dem Öl der Kokosnuss.

KOMPLEX

Wer nicht nur Haut, sondern auch Sinne verwöhnen möchte, findet in unserer Komplex Linie pflegende Öle, Hautbalsame und Seifen mit fein abgestimmten, unverwechselbaren Duftkompositionen aus natürlichen ätherischen Ölen.

APRIKOSENKERNÖL SENSITIV



Das Bio-Aprikosenkernöl ist eine regenerierende Pflege für Gesicht und Körper. Das Hautöl mit dezentem und natürlichem Duft des Aprikosenkerns spendet intensive Feuchtigkeit. Es ist reich an Öl- und Linolsäure, hat eine nicht-fettende Textur und zieht schnell und tief in die Haut ein. Mit seiner feinen Textur hinterlässt es ein zartes Hautgefühl. Das milde Öl ist auch zur Babypflege geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
26759 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

ARGANÖL SENSITIV



Unser Bio-Arganöl ist ein intensiv pflegendes Öl für Gesicht und Körper. Es überzeugt durch seinen natürlichen Gehalt an Vitamin E und wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe. Das Öl beugt der Austrocknung der Haut vor und fördert ihre Geschmeidigkeit. Es eignet sich ideal zur sanften Entfernung von Make-up und regeneriert trockene und reife Haut über Nacht. Auch für die Haarpflege geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
25459 50 ml Flasche (21,80 € / 100 ml) 10,90

BABYÖL SENSITIV



Das sanfte Babyöl aus Bio-Mandel- und Bio-Aprikosenkernöl ist frei von Duft- und Zusatzstoffen. Es überzeugt durch eine gute Verträglichkeit und seine hautschützenden und beruhigenden Eigenschaften. Die feine Ölmischung hinterlässt ein zartes Hautgefühl auf der Babyhaut und spendet auch trockenen und spröden Partien langanhaltende Feuchtigkeit. Zur täglichen Pflege, als Massage- und Badeöl geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
27359 50 ml Flasche (17,80 € / 100 ml) 8,90

JOJOBA SANDDORNÖL SENSITIV



Dieses wertvolle Bio-Jojoba-Sanddornöl erhält die natürliche Elastizität der Haut. Mit seiner wachsartigen Textur bildet Jojobaöl mit dem natürlichen Hauttalg einen zarten und schützenden Lipidfilm, der die Feuchtigkeit der Haut bindet. Sanddornöl enthält natürliche Carotinoide, Vitamin A und E sowie Palmitoleinsäure. Durch den Anteil an Carotinoiden wirkt das Öl auf der Haut leicht tönend.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
28959 50 ml Flasche (21,80 € / 100 ml) 10,90

JOJOBAÖL SENSITIV



Das Bio-Jojobaöl wirkt feuchtigkeitsregulierend und schützt auch reife Haut vor dem Austrocknen. Mit seiner wachsartigen, leichten Textur bildet es mit dem natürlichen Hauttalg einen zarten, nicht versiegelnden Lipidfilm, der die Feuchtigkeit der Haut bindet, sodass sie atmungsaktiv bleibt. Jojobaöl zieht schnell in die Haut ein und spendet langanhaltende Feuchtigkeit ohne zu fetten oder zu kleben.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
28859 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

MANDELÖL SENSITIV



Unser Bio-Mandelöl ist ein feuchtigkeitsspendendes Hautpflegeöl für Gesicht und Körper mit hautschützender Wirkung. Das Öl gilt als eines der kostbarsten Hautpflegeöle. Es zieht tief in die Haut ein und lindert trockene und schuppige Haut. Zudem überzeugt es durch seine gute Verträglichkeit. Mandelöl eignet sich zur täglichen Pflege sowie als sanftes Massageöl und ist auch für die Babypflege geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
16559 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

NACHTKERZENÖL SENSITIV



Unser Bio-Nachtkerzenöl ist eine Pflege für sehr trockene Haut und wirkt vor allem bei gereizter Haut beruhigend. Es gehört zu den wenigen Pflanzenölen, die eine Kombination aus essenzieller Linolsäure und Gamma-Linolensäure (10 g pro 100 g) enthalten. Es schützt und pflegt empfindliche Hautstellen und reguliert den Feuchtigkeitshaushalt. Besonders bei schuppiger und irritierter Haut wird es empfohlen.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
27159 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

WILDROSENÖL SENSITIV



Das Bio-Wildrosenöl ist ein feuchtigkeitsspendendes Hautpflegeöl für Gesicht und Körper mit hautschützender Wirkung. Essenzielle Fettsäuren unterstützen die regenerierende Wirkung und fördern die Fähigkeit der Haut, Feuchtigkeit zu speichern und elastisch zu bleiben. Es zieht langsam und tief in die Haut ein und eignet sich zur Pflege sehr trockener Haut sowie zur Anwendung bei Pigmentflecken und Narben.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
28259 50 ml Flasche (35,80 € / 100 ml) 17,90

ARGAN HAARÖL KOMPLEX



Unser Bio-Haaröl mit Argan- und Brokkolisamenöl ist eine intensive und feuchtigkeitsspendende Pflege für gesundes und glänzendes Haar und pflegt zugleich die Kopfhaut. Eine Komposition natürlicher, ätherischer Öle verleiht dem Haaröl einen sinnlichen Duft von Amber. Mit seiner leichten Textur ist es für alle Haartypen geeignet und kann als Haarkur in das feuchte oder trockene Haar gegeben oder als tägliche Leave-in-Pflege verwendet werden.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
26459 50 ml Flasche (25,80 € / 100 ml) 12,90

BADEÖL KOMPLEX



Unser Badeöl mit Bio-Mandel- und Bio-Aprikosenkernöl ist eine wohltuende Pflege für die Haut und verwöhnt zugleich die Sinne mit einem zarten Duft von Amber. Balsamisch-süße, leicht holzige Noten charakterisieren diesen Duft. Unserem Badeöl aus Mandel- und Aprikosenkernöl verleihen die ätherischen Öle eine harmonische Samtigkeit. Tipp: mit Sahne oder Milch vermischen und in das warme Wasser einrühren.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
28759 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

LAVENDEL HAUTPFLEGEÖL KOMPLEX



Das entspannende Bio-Hautöl Lavendel verwöhnt Haut und Sinne. Fein abgestimmte ätherische Öle verleihen dem Körperöl einen wohltuenden Lavendelduft. Das Öl hinterlässt ein zartes Hautgefühl. Es vereint sich mit dem hauteigenen Lipidfilm und versorgt die Haut mit wichtigen Vitaminen, essenziellen Fettsäuren und sekundären Pflanzenstoffen. Zur täglichen Körperpflege, als Bade- und Massageöl geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
26959 50 ml Flasche (19,80 € / 100 ml) 9,90

LIMETTE HAUTPFLEGEÖL KOMPLEX



Fein abgestimmte ätherische Öle verleihen dem Bio-Körperöl Limette einen fruchtigen und belebenden Duft. Es vereint sich mit dem hauteigenen Lipidfilm und versorgt die Haut mit wichtigen Vitaminen, essenziellen Fettsäuren und sekundären Pflanzenstoffen. Das Öl hinterlässt ein zartes Hautgefühl, spendet trockenen und spröden Partien langanhaltende Feuchtigkeit und wirkt belebend und vitalisierend.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
23359 50 ml Flasche (21,80 € / 100 ml) 10,90

MASSAGEÖL BERGAMOTTE KOMPLEX



Unser Bio-Massageöl Bergamotte besteht aus einer hochwertigen Komposition von kaltgepresstem Mandel-, Macadamia-, Jojoba- und Arganöl. Eine Mischung fruchtig-frischer ätherischer Öle schenkt ihm einen belebenden und erfrischenden Duft von Bergamotte. Als Massageöl hinterlässt es ein langanhaltend zartes und geschmeidiges Hautgefühl, beugt der Austrocknung der Haut vor und fördert ihre Geschmeidigkeit.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
23559 50 ml Flasche (23,80 € / 100 ml) 11,90

LIPPENPFLEGE SENSITIV



Die Bio-Lippenpflege mit Kokosnussöl, Kakaobutter, Granatapfelkernöl, Brokkolisamenöl und natürlichem Bienenwachs ist eine reichhaltige Pflege für die Lippen. Mit seiner weichen Textur bildet er einen zarten Schutzfilm und hinterlässt ein weiches Gefühl. Kakaobutter schenkt dem Lippenbalsam einen natürlichen Duft.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
24329 5 g Stift (138,00 € / 100 g) 6,90

APRIKOSE KOKOS HAUTBALSAM



SENSITIV

Der zartschmelzende Bio-Hautbalsam mit Kokosnussöl, Aprikosenkernöl und natürlichem Bienenwachs ist eine reichhaltige Pflege für Gesicht und Körper und bildet einen zarten Schutzfilm für die Haut. Er spendet auch trockenen und spröden Hautstellen, wie Ellenbogen und Knien, langanhaltende Feuchtigkeit und Elastizität. Auch zur Lippenpflege geeignet.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
82259 50 ml Tiegel (19,80 € / 100 ml) 9,90

SACHA INCHI KOKOS HAUTBALSAM



SENSITIV

Unser Kokos Hautbalsam Sacha Inchi mit nativem Kokosnussöl, Sheabutter und Mangobutter ist eine Wohltat für strapazierte Haut. Wertvolles Sacha Inchi Öl sorgt mit seinem natürlichen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren für die optimale Pflege und den Schutz der Haut. Geeignet für die tägliche Pflege von Gesicht und Körper und für sehr trockene Hautstellen.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
80759 50 ml Tiegel (21,80 € / 100 ml) 10,90

AMBER KOKOS HAUTBALSAM



KOMPLEX

Unser Bio-Hautbalsam mit Kokosnussöl, Sheabutter und natürlichem Bienenwachs ist eine reichhaltige Pflege für Gesicht und Körper. Die feine Komposition aus natürlichen ätherischen Ölen verleiht dem Balsam einen holzig-süßen Duft. Mit seiner zartschmelzenden Textur eignet er sich zur täglichen Pflege und schützt die Haut Tag für Tag.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
80159 50 ml Tiegel (19,80 € / 100 ml) 9,90

LIMETTE KOKOS HAUTBALSAM



KOMPLEX

Der Bio-Hautbalsam mit Kokosnussöl, Mandelöl, Bienenwachs und einer feinen Komposition aus natürlichen ätherischen Ölen mit dem fruchtigen Duft von Limette und Bergamotte ist eine reichhaltige Pflege für den Körper. Der Balsam mit zartschmelzender Textur eignet sich zur täglichen Pflege und spendet der Haut Feuchtigkeit und Elastizität.



Art. Nr. Gebinde Preis in €
80259 50 ml Tiegel (19,80 € / 100 ml) 9,90

**KOKOSSEIFE
NATURREIN
SENSITIV**



Unsere naturreine Bio-Kokosseife ist eine rein pflanzliche Seife aus nativem Kokosöl und wird nach traditionellem Verfahren kaltgerührt. Da keine ätherischen Öle eingesetzt werden, pflegt sie die Haut vollkommen ohne Duft und ist besonders gut verträglich. Die Seife hat einen weichen Schaum und ist zum Duschen und Händewaschen ideal verwendbar.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29119	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

**KOKOSSEIFE
LAVENDEL
KOMPLEX**



Die Bio-Kokosseife Lavendel ist eine rein pflanzliche Seife aus nativem Kokosöl und wird nach traditionellem Verfahren kaltgerührt. Mit einem aromatischen Duft von blühendem Lavendel aus natürlichen ätherischen Ölen und ihrem weichen Schaum, pflegt sie die Haut und verleiht ihr einen angenehmen Duft. Unsere Kokosseife eignet sich zum Duschen und Händewaschen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29719	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

**KOKOSSEIFE
MANDEL
KOMPLEX**



Die Bio-Kokosseife Mandel ist mild und gut verträglich und eignet sich wegen ihres feinen Dufts sehr gut als Hand- und Körperseife. Alle natürlichen Fettbegleitstoffe, einschließlich dem wertvollen Glycerin, bleiben bei der Herstellung erhalten. Die schonend kaltgerührte Seife ist zur sanften Reinigung und Pflege der Haut optimal geeignet.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29319	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

**KOKOSSEIFE
MELISSE
KOMPLEX**



Die Bio-Kokosseife Melisse ist hautfreundlich und rückfettend. Mit natürlichen ätherischen Ölen pflegt sie die Haut und verleiht ihr einen Duft von Melisse. Wir verzichten bei der Herstellung auf synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe, die nicht nur der Haut, sondern auch der Umwelt schaden. Die Seife eignet sich zum Duschen und Händewaschen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29219	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

**KOKOSSEIFE
ROSE
KOMPLEX**



Die Bio-Kokosseife Rose ist eine rein pflanzliche Seife aus nativem Kokosöl und wird nach traditionellem Verfahren kaltgerührt. Mit einem aromatischen Duft von blühenden Rosen aus natürlichen ätherischen Ölen und ihrem weichen Schaum, pflegt sie die Haut und verleiht ihr einen lieblichen Duft. Unsere Kokosseife eignet sich ideal zum Duschen und Händewaschen.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29519	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

**KOKOSSEIFE
SANDELHOLZ
KOMPLEX**



Die Bio-Kokosseife Sandelholz aus nativem Kokosöl ist eine rein pflanzliche Seife und wird nach überliefertem Verfahren kaltgerührt. Natürliche ätherische Öle verleihen der Kokosseife einen angenehmen, holzig-süßen Sandelholzduft. Sie pflegt die Haut und schenkt ihr einen angenehmen Duft. Die Seife ist zum Händewaschen und Duschen geeignet.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
29619	100 g Stück (5,90 € / 100 g)	5,90

GUT ZU WISSEN

Anwendungstipps zu unserer Naturkosmetik



PFLANZENÖLE FÜR DIE HAUT

Mit ihren Kräutern, Pflanzen und Samen schenkt uns die Natur eine große Auswahl an natürlicher Hautpflege. Unsere Öle und Balsame sind wahre Schmeichler für Gesicht und Körper. Sie verbinden sich mit dem hauteigenen Lipidfilm und versorgen die Haut mit Vitaminen, essenziellen Fettsäuren und sekundären Pflanzenstoffen, ganz ohne Mitwirkung der chemischen Industrie. So einfach kann natürliche Pflege sein.



REINE GESICHTSPFLEGE

Wenn es um die Hautpflege geht, ist weniger mehr. Die Sensitiv Hautöle und Balsame sind frei von ätherischen Ölen und spenden Feuchtigkeit und Schutz, auch für empfindliche Gesichtshaut. Die Pflanzenöle enthalten natürliche Antioxidantien, schützen die Haut vor freien Radikalen und beugen der Hautalterung vor. Ganz einfach auf die gereinigte, leicht feuchte Haut auftragen.



MIX & MATCH

Individuell und einzigartig: Natürlich kann die tägliche Hautpflege auch selbst hergestellt und auf die eigenen Bedürfnisse angepasst werden. Viele unserer Pflegeöle und Hautbalsame lassen sich gut miteinander mischen oder eignen sich zum Anreichern von Creme und Bodylotion. Kombiniert mit natürlichen Zutaten lassen sich Gesichtsmasken und Peelings ganz leicht selbst machen.



Gesichtsmaske mit Banane

2TL Nachtkerzenöl, 1TL Honig, ¼ reife Banane

Die Banane mit einer Gabel zerdrücken, mit den restlichen Zutaten vermischen und auf das gereinigte Gesicht auftragen. Mindestens 15 Minuten einwirken lassen und mit lauwarmem Wasser abspülen.



ABSCHMINKEN MIT ÖLEN

Panda-Augen adé! Mandel-, Aprikosenkern- und Jojobaöl sind gut zum Abschminken geeignet und entfernen sogar wasserfestes Make-up. Einfach ein Abschminkpad mit lauwarmem Wasser befeuchten, einige Tropfen Öl dazugeben und sanft über Haut, Lippen oder Wimpern streichen.

Wiederverwendbar und gut für unsere Umwelt sind waschbare Abschminkpads aus Bambus oder Bio-Baumwolle.



PEELING FÜR GESICHT UND KÖRPER

Peelings helfen der Haut, sich zu regenerieren und reinigen die Poren. Dafür natürliche Zutaten wie Meersalz, Kokosblütenzucker, Mandelkleie, Kaffeepulver oder Kaffeesatz mit unseren Ölen oder Balsamen mischen und gleichmäßig in kreisenden Bewegungen in die Haut einmassieren. Einige Minuten einwirken lassen und mit warmem Wasser abspülen. Die Haut behutsam mit einem Handtuch trocken tupfen. So werden abgestorbene Zellen sanft entfernt und die Haut vitalisiert und gepflegt.



ERFRISCHENDES PEELING MIT MEERSALZ



- 3 TL Hautöl Limette
- 2 TL Honig
- 2 TL Zitronensaft
- 3 TL Meersalz



BELEBENDES PEELING MIT KOKOSBLÜTENZUCKER



- 2 TL Jojoba Hautpflegeöl
- 2 TL Aprikose Kokos Hautbalsam
- 3 TL gemahlene Kaffee
- 2 TL Kokosblütenzucker





BIO-PRESSKUCHEN FÜR PFERDE

In unserer Familienmanufaktur verarbeiten wir erlesene Bio-Rohstoffe mittels schonender Kaltpressung zu Presskuchen, einem wertvollen Ergänzungsfuttermittel für Ponys und Pferde in vier besonderen Sorten.

LEINKUCHEN

Unser Bio-Leinkuchen wird aus Naturland Leinsamen durch schonende Kaltpressung gewonnen. Er ist frei von Zusatzstoffen und enthält Lignane und ungesättigte Fettsäuren, insbesondere die Alpha-Linolensäure, eine Omega-3-Fettsäure. Unterstützt bei fütterungsbedingten Mängeln den Fellwechsel und die Stoffwechsellvorgänge des Pferdes und sorgt für glänzendes Fell.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
44181	5 kg Eimer (3,18 € / 1 kg)	15,90

MARIENDISTEL- PRESSKUCHEN

Der Presskuchen, der bei der Kaltpressung von Bio-Mariendistelsamen entsteht, ist ein wohltuendes Futtermittel. Mit seinem Gehalt an Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren unterstützt der Presskuchen den Fettstoffwechsel. Bei fütterungsbedingten Mängeln können sich die Bitterstoffe positiv auf die Funktion und Regeneration der Leber auswirken.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
40281	4,5 kg Eimer (3,18 € / 1 kg)	15,90

NACHTKERZENKUCHEN

Bio-Nachtkerzenkuchen für Pferde wird durch schonende Kaltpressung gewonnen. Die Fettsäuren des Nachtkerzenkuchens können sich bei fütterungsbedingten Mangelercheinungen positiv auf die Hautelastizität auswirken und die Immunabwehr des Pferdes stärken. Zudem kann der Fellwechsel bei einer regelmäßigen Fütterung unterstützt werden.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
47281	5 kg Eimer (3,78 € / 1 kg)	18,90

SCHWARZKÜMMEL- KUCHEN

Unser Bio-Schwarzkümmelkuchen für Pferde wird aus ägyptischen Schwarzkümmelsamen gewonnen. Er ist frei von Zusatzstoffen und enthält wertvolle ungesättigte Fettsäuren und Bitterstoffe. Die ätherischen Öle können sich bei fütterungsbedingten Mangelercheinungen positiv auf das Immunsystem, die Atemwege und die Stoffwechsellvorgänge des Pferdes auswirken.



Art. Nr.	Gebinde	Preis in €
44981	5 kg Eimer (3,18 € / 1 kg)	15,90



WISSENSWERTES BROSCHÜREN UND BÜCHER



Ölmühlen-Broschüre

Wissenswertes rund um unsere Bio-Produkte
und Familienmanufaktur

Art. Nr. 94303 kostenlos

Sortiment 2020

Katalog unserer Bio-Spezialitäten

Art. Nr. 94015 kostenlos



Solling Naturkosmetik

Die Naturkosmetik der Ölmühle Solling

Art. Nr. 94318 kostenlos



Ran an das Fett!

Heilen mit dem Gesundmacher Fett

DR. MED. ANNE FLECK

Dr. Anne Fleck erklärt, wie der Fettschwindel in unsere Köpfe kam und wie wir selbst ganz einfach mit gesundem Fett unseren Körper stärken und heilen können.

Wunderlich Verlag, ISBN 978-3-8052-0041-7

Art.-Nr. 71853 24,99 € (D)



Kurkuma

Rundum gesund mit goldgelben Wohlfühlrezepten

CHRISTINA WIEDEMANN

Der Extrakt für Gesundheit und Geschmack: Kurkuma verleiht Gerichten eine leuchtend gelbe Farbe und eine feinwürzige Note, zudem ist es in der ayurvedischen Heilkunst beliebt.

GU Verlag, ISBN 978-3-8338-6149-9

Art. Nr. 72452 12,99 € (D)



Die neue Anti-Krebs Ernährung

Wie Sie das Krebs-Gen stoppen

DR. RE. NAT. JOHANNES F. COY

Über 60 Rezepte zeigen, wie Sie sich abwechslungsreich ernähren und den Krebszellen ihre Lieblingsnahrungsgrundlage entziehen können.

GU Verlag, ISBN 9783833848346

Art.-Nr. 70835 14,99 € (D)



Pflanzenöle

Qualität, Anwendung und Wirkung

RUTH VON BRAUNSCHWEIG

Pflanzenöle sind nicht nur sehr gesund, sondern sogar lebensnotwendig. Sie verfeinern die Küche und pflegen die Haut von innen und von außen.

Stadelmann Verlag, ISBN 978-39437936-8-0

Art.-Nr. 70517 19,80 € (D)



Das Ölbuch

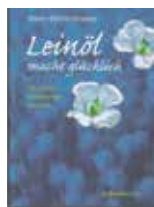
Pflanzenöle kompakt erklärt

SABINE POHL

Ein Lehrbuch, das an die Geheimnisse der Fettchemie heranführt. Für werdende Fachleute und anspruchsvolle Laien, die es genauer wissen wollen.

Stadelmann Verlag, ISBN 978-3-943793-45-1

Art.-Nr. 70318 9,90 € (D)



Leinöl macht glücklich

HANS ULRICH GRIMM

Ein Buch über die fast unglaublichen Wirkungen eines uralten Lebensmittels.

Dr. Watson Books, ISBN 978-3-42665-696-9

Art. Nr. 70289 17,99 € (D)

WEITERLESEN

Sie möchten mehr über die Rolle von Pflanzenölen und Fetten für eine gute Ernährung wissen und sind auf der Suche nach gut verständlicher Fachliteratur? Jede Menge Wissenswertes und Rezeptideen zu unseren Bio-Ölen und -Feinkostspezialitäten sind online unter oelmuehle-solling.de zu finden.



ANSPRECHPARTNER

MONTAG BIS FREITAG 8-17 UHR



MARCEL REHAGE

Leitung Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-20
marcel.rehage@oelmuehle-solling.de



TRISTAN WINTER

Kundenbetreuung Großkunden
T o 52 71.9 66 66-52
tristan.winter@oelmuehle-solling.de



TOBIAS SCHULT

Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-30
tobias.schult@oelmuehle-solling.de



SABINE JAHN

Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-10
sabine.jahn@oelmuehle-solling.de



SIMONE MÖHLEKE

Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-27
simone.moehleke@oelmuehle-solling.de



MARGARETE WAGNER

Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-19
margarete.wagner@oelmuehle-solling.de



PIA DINKEL

Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-21
pia.dinkel@oelmuehle-solling.de



MEIK KLEIN

Auszubildender · Kundenbetreuung
T o 52 71.9 66 66-53
meik.klein@oelmuehle-solling.de



ANDREA JANZEN

Mühlenladen · Mühlenführung
T o 52 71.9 66 66-0
laden@oelmuehle-solling.de



LEONARD SIEPLER

Auszubildender · Mühlenladen
T o 52 71.9 66 66-0
leonard.siepler@oelmuehle-solling.de



LUKAS RÖHL

Einkauf
T o 52 71.9 66 66-29
einkauf@oelmuehle-solling.de



ANNETTE ROSE

Assistenz der Geschäftsführung
T o 52 71.9 66 66-26
annette.rose@oelmuehle-solling.de



LUTZ MESECK

Betriebsleitung
T o 52 71.9 66 66-0
lutz.meseck@oelmuehle-solling.de



NIKO ZIENAU

Produktionsleitung
T o 52 71.9 66 66-0
niko.zienau@oelmuehle-solling.de



MAIK VIERTTEL

Qualitätsmanagement/-sicherung
T o 52 71.9 66 66-0
maik.viertel@oelmuehle-solling.de

GESCHÄFTSFÜHRUNG · FAMILIE BAENSCH



SEBASTIAN BAENSCH

Geschäftsführung
T o 52 71.9 66 66-0
info@oelmuehle-solling.de



SARAH BAENSCH

Geschäftsführung · Marketing
T o 52 71.9 66 66-0
info@oelmuehle-solling.de



GUDRUN BAENSCH

Gründerin
T o 52 71.9 66 66-0
info@oelmuehle-solling.de



WERNER BAENSCH

















































Gründer · Produktentwicklung
T o 52 71.9 66 66-0
info@oelmuehle-solling.de

ÖLFINDER



UNSERE ÖLVIELFALT AUF EINEN BLICK. Wozu passt Senföl? Welche Öle eignen sich zum Braten? Und welches Öl veredelt süße Speisen und Desserts? Unser Ölfinder bringt Licht ins Dunkel und überrascht Sie mit raffinierten Ideen und Vorschlägen für jedes unserer rund 80 mühlenfrischen Ölspezialitäten. Die verschiedenen Eigenschaften, Besonderheiten und Einsatzbereiche unserer Öle können Sie auf den nächsten Seiten ganz einfach ablesen. Schon gewusst? Sogar Macadamia-, Avocado- und Haselnussöl können zum Kurzbraten verwendet werden. Erleichtern Sie sich die Suche nach dem richtigen Öl für den richtigen Zweck.
























SORTENREINE ÖLE • Mühlenfrisch kaltgepresst, mit vollmundigem, sortentypischem Geschmack.

Aprikosenkernöl			milder, dezenter Duft und Geschmack	milde Basis für Salatdressings, hervorragend kombinierbar mit Balsamessig
Arganöl			fein-nussig, das »flüssige Gold« Marokkos, in Zusammenarbeit mit Frauen-Kooperativen	ideal geeignet für besondere Salatdressings und nordafrikanische Gerichte
Arganöl geröstet			intensiv-nussig, aus gerösteten Arganmandeln	für ausgefallene Salatdressings, Smoothies und Desserts
Avocadoöl aus Fruchtfleisch			herb, aus dem Fruchtfleisch der Avocado	ideal zum Braten von Gemüse, für Salate und Dips
Bratöl			mild, aus geschälten High Oleic Sonnenblumenkernen	zum Braten, Backen und Frittieren
Distelöl			leicht nussiger Geschmack der Färberdistel, enthält 70 – 80 % Linolsäure	milde Basis für Salatdressings, zum Dünsten von Gemüse und kombinierbar mit Fruchtesiggen
Erdnussöl			mild-nussige Erdnussnote	zum Braten, Backen und Frittieren
Haselnussöl			vollmundig-nussiger Geschmack	für besondere Salatdressings, Desserts und zum Backen
Haselnussöl geröstet			intensiv vollmundiger Nussgeschmack	für nussige Salatdressings, Desserts und zum Backen
Kokosöl (geschälte Nuss)			milde Kokosnote, reich an wertvoller Laurinsäure	zum Backen, Braten Frittieren, als Brotaufstrich und zur Hautpflege
Kokosöl Naturland Fair 			kräftiger Kokosgeschmack, Naturland Fair zertifiziert (Kleinbauern-Kooperation)	zum Backen, Braten Frittieren, als Brotaufstrich und zur Hautpflege
Kürbiskernöl			mild-kernig	für feine Salatdressings und Suppen, köstlich zu Vanilleis und Süßspeisen
Kürbiskernöl geröstet			intensiv-kernig, kräftig dunkelgrüne Farbe	für kräftige Salatdressings und Suppen, köstlich zu Vanilleis und Süßspeisen
Macadamianussöl			mildes Gourmetöl aus der »Königin der Nüsse«	ideal für besondere Dressings, gut kombinierbar mit fruchtigem Essig oder Limettensaft
Mandelöl			milder, dezenter Duft und Geschmack	milde Basis für Salatdressings, hervorragend kombinierbar mit Fruchtesiggen, zum Backen geeignet
Maracujaöl			aus den getrockneten Kernen der Maracuja, kernig-fruchtig	für fruchtige Salatdressings, zu Smoothies, Müsli und Joghurt
Mohnöl			charaktervoller Geschmack, aus Blaumohnsamen	ideal zum Backen, für Süßspeisen und liebliche Salatdressings
Olivenöl			fruchtige, mediterrane Kostbarkeit aus dem Fruchtfleisch der Olive	zu Salaten oder zum Verfeinern mediterraner Gerichte und als Vorspeise pur mit Brot
Palmöl Naturland Fair 			leicht erdige Note, Naturland Fair zertifiziert (Kleinbauern-Kooperation, Mischkultur)	für die afrikanische, südamerikanische oder asiatische Küche oder als Brotaufstrich
Pflaumenkernöl			intensive Marzipannote, kaltgepresst aus den Mandeln der Pflaume	für Süßspeisen, Gebäck, Müsli und Smoothies oder außergewöhnliche Salatdressings
Rapskernöl			milder als Rapsöl, aus geschälter Rapssaat	ideal für die Zubereitung von Babynahrung, für Dressings, Dips und Kurzbraten
Rapsöl			milde, typische Rapsnote, aus ungeschälter Rapssaat	vielseitig verwendbar für Salate, Dips, zum Dünsten oder Kurzbraten
Salatöl kernig			feine Komposition aus Raps-, Sonnenblumen- und Olivenöl mit kernigem Geschmack	ideal für die Zubereitung von Salatdressings
Senföl			charaktervolles, pikantes Öl aus gelber Senfsaat, erucasäurearm	zu Fleisch, Fisch, Dips und Salat, hervorragend im Kartoffelsalat
Sesamöl			charaktervoller Sesamgeschmack	für Salate und asiatische Speisen
Sesamöl geröstet			kräftig-aromatisch, aus gerösteter Sesamsaat	zum Verfeinern von asiatischen Speisen und Salaten
Sonnenblumenöl			milder Geschmack und Duft	feine Basis für Salatdressings, zum »Ölziehen« geeignet
Traubenkernöl			fruchtiges Gourmetöl aus Traubenkernen	ideal für außergewöhnliche Dressings und Dips
Walnussöl			fein-nussig, aus ungerösteten Walnüssen	ideal für Dressings mit fruchtigen Essigen, auch zum Verfeinern von Gebäck und Süßspeisen
Woköl			exotisch-nussige Komposition aus Kokosöl, Erdnussöl und High Oleic Sonnenblumenöl	ideal für den Wok oder die Pfanne, besonders für asiatische Gerichte









WÜRZÖLE • Mühlenfrische Öle, veredelt mit aromatischen Kräutern und Gewürzen.

Barbecue				Erdnussöl kombiniert mit Rosmarin, Pfeffer, Lorbeer, Wacholder und Knoblauch	zum Grillen, Braten und Marinieren von Fleisch, Fisch und Gemüse
Bärlauch				Rapsöl kombiniert mit Bärlauch, verleiht eine würzige Knoblauchnote	ideal für Salate, Dips, Quark oder Frischkäse, eine leckere Alternative zu Knoblauch
Basilikum				Rapsöl kombiniert mit Basilikum, frische Note	Klassiker zu Tomate-Mozzarella-Salat, Pasta und Pizza
Chili				feurig scharfe Chilischoten kombiniert mit Rapsöl, sparsam dosieren, kindersicher aufbewahren	ideal zu Pizza, Pasta, Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichten
Garam Masala				Sesamöl mit indischer Gewürzmischung: Kardamon, Kumin, Koriander, Lorbeer, Muskat, Nelken, Piment und Pfeffer	passt traditionell zu indischen Gerichten, auch zum Verfeinern von Gemüsepfannen und orientalischen Suppen
Grüner Pfeffer				Rapsöl kombiniert mit grünem Pfeffer, pikante Schärfe	passend zu allen herzhaften Gerichten, raffiniert mit Erdbeeren
Ingwer-Lemongrass				Rapsöl mit Ingwer und Lemongrass, fruchtig-frischer Geschmack	typisch asiatische Note zu Fleisch- und Gemüsegerichten, ideal für Tofu und Reis
Kaffee-Mandel				Mandelöl verfeinert mit Kaffeebohnen, vollmundig	zum Verfeinern von Gebäck und Süßspeisen, als i-Tüpfelchen zu Sahne und Vanilleeis
Koriander-Fenchel-Dill				Rapsöl kombiniert mit Koriander, Fenchel und Dill, würzig frische Note	ideal für Fisch- und Gemüsegerichte, für bunte Salate und zur Linsensuppe
Kräuter				feine Komposition aus Raps-, Sonnenblumen- und Distelöl mit herzhaften Kräutern	für Salate und Dips, zum Verfeinern von Grillfleisch und als Vorspeise mit Baguette
Kräuter der Provence				mediterrane Mischung aus Rapsöl, Thymian, Majoran, Rosmarin und Estragon	ideal für die französische Küche, für Tomatengerichte und Ratatouille
Kräuter Knoblauch				Raps-, Sonnenblumen- und Distelöl mit herzhafter Knoblauchnote	für schnelle Salatdressings oder zum Marinieren von Feta und Schafskäse
Mandel-Vanille				mildes Mandelöl verfeinert mit Bourbon-Vanille	ideal zum Verfeinern von Gebäck, Süßspeisen, aber auch zum Frühstücksmüsli
Mediterranes				Rapsöl mit herzhaft kräftigen Gewürzen wie Paprika, Oregano, Pfeffer und Thymian	der Klassiker zu Pizza, Pasta und mediterranen Gemüsepfannen
Meerrettich				pikante Kombination von Sesamöl und Meerrettich	passt gut zu Fisch und Meeresfrüchten, zum Verfeinern von Sushi und als Aufstrich mit Frischkäse
Nana-Minze				Rapsöl kombiniert mit frischer Nana-Minze und lieblicher Vanillenote	für herzhafte Couscous- und Lammgerichte, zum Verfeinern von Süßspeisen und Wassermelone
Olive-Zitrone				italienisches Olivenöl kombiniert mit Zitronen- und Orangenölen	schenkt Salaten und Fisch eine frische Zitrusnote
Rauchpaprika				leuchtend rote Kombination aus Rapsöl, geräucherter Paprika und pikanten Kräutern	intensive und pikante Rauchnote für Tofu, Fleisch- und Fischgerichte
Salatöl fruchtig				fruchtige Mischung aus Oliven-, Raps- und Sonnenblumenöl mit Ölen aus Zitrusfrüchten	ideal für sommerliche Salate, schmeckt auch gut zu Fisch und Meeresfrüchten
Salatöl würzig				Raps- und Sonnenblumenöl kombiniert mit würzigen Salatkräutern	würzige Basis für Salatdressings, ideal kombinierbar mit süß-säuerlichen Essigsorten
Spargel				mild geröstetes Haselnuss- und Rapsöl kombiniert mit Muskat, Fenchel und Kaffirlimette	ideal zum Abschmecken von Spargel und Gemüsegerichten, auch zu Blumenkohl oder Geflügel
Suppengrün				Rapsöl kombiniert mit frischen Suppenkräutern	zum Verfeinern von Suppen und Eintöpfen, salzfreie Alternative zum Brühwürfel
Tandoori				typisch indische Note: Sesamöl mit Kumin, Koriander, Kurkuma, Ingwer, Knoblauch und Chili	ideal für Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichte, verleiht indischen Speisen eine authentische und pikante Note
Thymian-Salbei				Rapsöl mit mediterraner Kräuterkombination aus Thymian und Salbeiblättern	hervorragend für die griechische Küche, zum Einlegen von Schafskäse und Feta, zu Lamm und Fisch
Trüffel				italienisches Olivenöl mit feinem Aroma aus Bio-Trüffeln, edles Gourmetöl	für edle Pasta- und Risottogerichte und als Vorspeise mit Brot
Wild				Rapsöl mit Pfeffer, Wacholder, Piment, Rosmarin, Fenchel und Zitrone, frisch-herbe Note	ideal zum Verfeinern von Wildfleisch, Pilz- und Kohlgerichten
Zimt-Mandel				feine Komposition aus süßem Zimt mit mühlenfrisch kaltgepresstem Mandelöl	zum Veredeln von Gebäck, Getränken, Milchreis und anderen Süßspeisen
Zwiebel-Knoblauch				Rapsöl kombiniert mit Zwiebel und Knoblauch, herzhaft würziger Geschmack	zum Abschmecken und Verfeinern herzhafter Gerichte und Dips

VITALÖLE • Native Öle für eine bewusste Ernährung.

Borretschöl			reich an Gamma-Linolensäure	löffelweise pur genießen, auch als Hautpflege geeignet	
Chiaöl			reich an Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sowie Vitamin E	für milde Dressings, zum Müsli und Joghurt, als Hautpflege geeignet	
Granatapfelkernöl			fruchtig, enthält zirka 85 % Punicinsäure	löffelweise pur genießen, auch als wertvolle Hautpflege geeignet	
Hanföl			sehr bekömmliches nussiges Öl, 30 % Gamma-Linolensäure und 20 % Alpha-Linolensäure	für nussige Salatdressings, löffelweise pur genießen und als Hautpflege geeignet	
Leinöl				mild-nussiges Öl, 50 % Omega-3-Fettsäuren, im Kühlschrank zirka 8 Wochen haltbar.	für Salate, im Quark zu Pellkartoffeln, im Müsli und Joghurt sowie löffelweise pur
Leindotteröl				milder gemüseartiger Geschmack, reich an Omega-3-Fettsäuren, im Kühlschrank aufbewahren	für Salate, Gemüsegerichte und herzhaften Quark
Mariendistelöl			klassisches Bitterkraut, wurde als »Leberpflanze« schon in Klostersgärten kultiviert	löffelweise pur zu verwenden und als Hautpflege geeignet	
MCT-ÖL aus Kokosöl			mittelkettige Triglyceride als natürlicher Extrakt aus Kokosöl, ideal für die Low-Carb Ernährung	für Bulletproof-Kaffee, Smoothies, kalte und warme Speisen	
Nachtkerzenöl			reich an Gamma-Linolensäure	löffelweise pur genießen und als Pflege für irritierte und anspruchsvolle Haut geeignet	
Omega Balance Öl			aus elf nativen Ölen wie Lein-, Hanf-, Borretschöl, mit fruchtiger Note, ideales Verhältnis von Omega-3- zu -6-Fettsäuren	ideales Frühstücköl, für Müsli, Joghurt oder für den puren Genuss	
Omega DHA Öle (Walnuss, Chia und Sanddorn)			Leinöl mit der bioaktiven Omega-3-Fettsäure DHA (Docosahexaensäure) aus Meeresmikroalgen in drei Sorten, im Kühlschrank lagern	löffelweise pur genießen oder für Smoothies, Fruchtsäfte, Müsli Salatdressings und Gemüse	
Sanddornöl aus Fruchtfleisch			aus dem Fruchtfleisch der Sanddornbeere, 25 % einfach ungesättigte Palmitoleinsäure	löffelweise pur genießen, fruchtiger Geschmack für Müsli und Joghurt, auch zur Hautpflege geeignet	
Schwarzkümmelöl			herb-bitter, Kostbarkeit aus ägyptischen Schwarzkümmelsamen mit ätherischen Ölen	für orientalische Gerichte, zum Ölziehen sowie zur Haut- und Zahnfleischpflege geeignet	
Schwarzkümmelöl ungefiltert			herb-bitter, leicht scharf, enthält wertvolles Sediment mit Trub- und Schwebstoffen	für orientalische Gerichte, zum Ölziehen und zur Hautpflege geeignet, vor Gebrauch gut schütteln	
Vitamin D Öl			kaltgepresstes Sonnenblumenöl mit Vitamin D, Weizenkeimöl und fruchtigem Mandarinenöl.	köstliches Frühstücköl, für Müsli, Joghurt oder für den puren Genuss	
Weizenkeimöl			reich an antioxidativem Vitamin E, rückstandskontrolliert	löffelweise pur genießen, ideal kombinierbar mit Leinöl, auch zur Hautpflege geeignet	


KOKOSWÜRZÖLE • Natives Kokosöl, veredelt mit aromatischen Kräutern und Gewürzen.

Chinesische 5 Gewürze			Kokosöl mit feurig scharfer Gewürzmischung nach chinesischer Küchentradition mit Cayennepfeffer, Ingwer, Kurkuma, Knoblauch & Co.	verfeinert chinesische Gerichte, Fleisch- und Fischgerichte sowie Tofu
Curry			Kokosöl mit ausgewogener pikanter Currymischung und würziger Knoblauch Note	für Gemüse-, Reis-, Nudel-, Fleisch- und Fischgerichte oder klassisch zum Verfeinern von Currys
Ingwer-Lemon			Kokosöl mit pikant frischem Ingwer und duftigem Lemongrass	für Wok-Gerichte, Suppen und Soßen, ideal in Kombination mit Kokosmilch
Ras el Hanout			Kokosöl mit orientalischer Gewürzmischung mit Kurkuma, Zimt, Nelken und Galgant	ideal für Fleisch- und Fischgerichte, die pfeffrige Note passt auch zu Gemüsepfannen und Tofu

 nicht erhitzen

 leicht erhitzen [Dünsten]

 mäßig erhitzen [Kurzbraten]

 hoch erhitzen [Wok & Fritteuse]

 Hoher Anteil essenzieller Fettsäuren

 süße Küche

 scharf

 sehr scharf



DAS KLEINGEDRUCKTE ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB) FÜR ENDVERBRAUCHER

Bitte lesen Sie die AGB sorgfältig, bevor Sie eine Bestellung abgeben.

1.) GELTUNGSBEREICH DIESER AGB

Diese AGB gelten nur gegenüber Verbrauchern im Sinne des § 13 BGB. Verbraucher ist jede natürliche Person, die ein Rechtsgeschäft zu Zwecken abschließt, die überwiegend weder ihrer gewerblichen noch ihrer selbstständigen beruflichen Tätigkeit zugerechnet werden können. Für die Geschäftsbeziehung zwischen der Ölmühle Solling und Ihnen als Kunde gelten ausschließlich diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und zwar auch dann, wenn die Bestellung von außerhalb der Bundesrepublik Deutschland erfolgt. Entgegenstehende oder von diesen AGB abweichende AGB erkennt die Ölmühle Solling nicht an und widerspricht ihnen hiermit ausdrücklich. Entgegenstehende Geschäftsbedingungen des Kunden sind nur gültig, wenn die Ölmühle Solling ausdrücklich und in Textform zustimmt.

2.) ZAHLUNG

Wir bieten unseren Kunden verschiedene Zahlungsmöglichkeiten an, u. a. Rechnung, PayPal und Bankeinzug. In Einzelfällen sowie bei Erstbestellungen behalten wir uns vor, bestimmte Zahlungsarten auszuschließen. Unsere Preise beinhalten die in der Bundesrepublik Deutschland derzeit gültige Mehrwertsteuer. Nebenkosten wie Verpackung, Transport und Versicherungskosten sind in den Preisen nicht enthalten. Unsere Angebote sind freibleibend. Sofern nichts anderes vereinbart wird, ist der Kaufpreis innerhalb von 10 Tagen nach Lieferung zu zahlen. Soweit der Kunde uns ein SEPA-Basis-Mandat erteilt, erfolgt der Einzug per Lastschrift 4 Bankarbeitstage nach Rechnungsdatum. Der Kunde sichert insoweit zu, für ausreichende Deckung seines Kontos zu sorgen. Kosten, die aufgrund von Nichteinlösung oder Rückbuchung der Lastschrift entstehen, gehen zu Lasten des Kunden, solange die Nichteinlösung oder die Rückbuchung nicht durch die Ölmühle Solling verursacht wurde. Für Lastschrift-Retouren bzw. nicht eingelöste Lastschriften werden 5,00 € Bankgebühren berechnet. Der Kunde hat die Möglichkeit, den Nachweis eines niedrigeren Schadens bzw. eines nicht eingetretenen Schadens zu erbringen. Verzugszinsen werden in Höhe von 5 Prozentpunkten über dem jeweiligen Basiszinssatz p. a. berechnet. Die Geltendmachung eines höheren Verzugschadens bleibt vorbehalten. Für den Fall, dass wir einen höheren Verzugschaden geltend machen, hat der Kunde die Möglichkeit, uns nachzuweisen, dass der geltend gemachte Verzugschaden überhaupt nicht oder in zumindest wesentlich niedrigerer Höhe angefallen ist.

3.) EIGENTUMSVORBEHALT

Wir behalten uns das Eigentum an der gelieferten Sache bis zur vollständigen Zahlung sämtlicher Forderungen aus dem Vertrag vor.

4.) VERSANDKOSTEN FÜR DEN ENDVERBRAUCHER

Versandkosten geben wir auf unserer Homepage an. Die Pakete sind bis zu einem Warenwert bis 500,00 € transportversichert. Die Sendung muss beim Eintreffen auf Transportschäden überprüft und etwaige Transportschäden müssen gegenüber dem Paketboten angezeigt werden. Verdeckte Schäden müssen innerhalb von drei Werktagen der Ölmühle Solling in Textform gemeldet werden. Be-

schädigte Pakete und beschädigte gelieferte Sachen sind als Nachweis für Transportschäden aufzubewahren.

5.) LIEFERBEDINGUNGEN

Sofern keine abweichende Lieferadresse angegeben wird, versenden wir die bestellte Ware an die angegebene Rechnungsadresse. Die Lieferung erfolgt in der Regel mit Paketdienst. Wird eine alternative Versandart gewünscht, so geben wir eventuelle Mehrkosten auf Anfrage bekannt.

6.) LIEFERZEIT

Der Beginn der von uns angegebenen Lieferzeit setzt die rechtzeitige und ordnungsgemäße Erfüllung der Verpflichtungen des Kunden voraus. Die Einrede des nicht erfüllten Vertrages bleibt vorbehalten.

7.) AUFRECHNUNGEN UND ZURÜCKBEHALTUNGSRECHTE

Dem Kunden steht das Recht zur Aufrechnung nur zu, wenn seine Forderungen rechtskräftig festgestellt oder unbestritten sind. Zur Aufrechnung gegen unsere Ansprüche ist der Kunde auch berechtigt, wenn er Mängelrügen oder Gegenansprüche aus demselben Vertrag geltend macht. Zur Ausübung eines Zurückbehaltungsrechts ist der Kunde nur insoweit befugt, als sein Gegenanspruch auf dem gleichen Vertragsverhältnis beruht.

8.) GEWÄHRLEISTUNG UND MÄNGELRÜGE

Soweit die gelieferte Ware nicht die zwischen dem Kunden und uns vereinbarte Beschaffenheit hat oder sie sich nicht für die nach unserem Vertrag vorausgesetzten oder die Verwendung allgemein eignet oder sie nicht die Eigenschaften, die der Kunde nach unseren öffentlichen Äußerungen erwarten konnte, hat, so sind wir zur Nacherfüllung verpflichtet. Dies gilt nicht, wenn wir aufgrund der gesetzlichen Regelungen zur Verweigerung der Nacherfüllung berechtigt sind. Der Kunde hat zunächst die Wahl, ob die Nacherfüllung durch Nachbesserung oder Ersatzlieferung erfolgen soll. Wir sind jedoch berechtigt, die vom Kunden gewählte Art der Nacherfüllung zu verweigern, wenn sie nur mit unverhältnismäßigen Kosten möglich ist und die andere Art der Nacherfüllung ohne erhebliche Nachteile für den Kunden bleibt. Während der Nacherfüllung sind die Herabsetzung des Kaufpreises oder der Rücktritt vom Vertrag durch den Kunden ausgeschlossen. Eine Nachbesserung gilt mit dem erfolglosen zweiten Versuch als fehlgeschlagen, wenn sich nicht insbesondere aus der Art der Sache oder des Mangels oder den sonstigen Umständen etwas anderes ergibt. Ist die Nacherfüllung fehlgeschlagen oder haben wir die Nacherfüllung insgesamt verweigert, kann der Kunde nach seiner Wahl Herabsetzung des Kaufpreises (Minderung) verlangen oder den Rücktritt vom Vertrag erklären. Schadensersatzansprüche zu den nachfolgenden Bedingungen wegen des Mangels kann der Kunde erst geltend machen, wenn die Nacherfüllung fehlgeschlagen ist oder wir die Nacherfüllung verweigert haben. Das Recht des Kunden zur Geltendmachung von weitergehenden Schadensersatzansprüchen zu den nachfolgenden Bedingungen bleibt davon unberührt. Wir haften unbeschadet vorstehender Regelungen und der nachfolgenden Haftungsbeschränkungen uneingeschränkt für Schäden an Leben, Körper und Gesundheit, die auf einer fahrlässigen oder vor-

sätzlichen Pflichtverletzung unserer gesetzlichen Vertreter oder unserer Erfüllungsgehilfen beruhen. Soweit wir bezüglich der Ware oder Teilen derselben eine Beschaffenheits- und/oder Haltbarkeitsgarantie abgegeben haben, haften wir auch im Rahmen dieser Garantie. Für Schäden, die auf dem Fehlen der garantierten Beschaffenheit oder Haltbarkeit beruhen, aber nicht unmittelbar an der Ware eintreten, haften wir allerdings nur dann, wenn das Risiko eines solchen Schadens ersichtlich von der Beschaffenheits- und Haltbarkeitsgarantie erfasst ist. Wir haften auch für Schäden, die durch einfache Fahrlässigkeit verursacht werden, soweit diese Fahrlässigkeit die Verletzung solcher Vertragspflichten betrifft, deren Einhaltung für die Erreichung des Vertragszwecks von besonderer Bedeutung ist (Kardinalpflichten). Wir haften jedoch nur, soweit die Schäden in typischer Weise mit dem Vertrag verbunden und vorhersehbar sind. Bei einfachen fahrlässigen Verletzungen nicht vertragswesentlicher Nebenpflichten haften wir im Übrigen nicht. Die vorstehenden Haftungsbeschränkungen gelten auch, soweit die Haftung für die gesetzlichen Vertreter, leitenden Angestellten und sonstigen Erfüllungsgehilfen betroffen ist. Eine weitergehende Haftung ist ohne Rücksicht auf die Rechtsnatur des geltend gemachten Anspruchs ausgeschlossen. Soweit unsere Haftung ausgeschlossen oder beschränkt ist, gilt dies auch für die persönliche Haftung unserer Angestellten, Arbeitnehmer, Mitarbeiter, Vertreter und Erfüllungsgehilfen. Die Gewährleistungsfrist beträgt zwei Jahre, gerechnet ab Gefahrübergang. Diese Frist gilt auch für Ansprüche auf Ersatz von Mangelfolgeschäden, soweit keine Ansprüche aus unerlaubter Handlung geltend gemacht werden.

9.) TEILLIEFERUNGEN

Sofern der Kunde Teillieferungen wünscht, bemisst sich die Höhe der Versandkosten nach der Anzahl der Teillieferungen und deren jeweiligem Wert. Sollte aus technischen oder logistischen Gründen und nicht auf Ihren ausdrücklichen Wunsch eine Versendung in mehreren Teillieferungen erfolgen, berechnen wir die Versandkostenbeteiligung nur einmal.

10.) WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen, diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die Waren in Besitz genommen haben bzw. hat.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Ölmühle Solling GmbH, Höxtersche Str. 3, 37691 Boffzen, Telefon: 05271/9 66 66-0, Fax: 05271/9 66 66-66, E-Mail: info@oelmuehle-solling.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das Muster-Widerrufsformular unter <https://www.oelmuehle-solling.de/widerrufsformular.pdf> verwenden, was jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrages bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel,

das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Waren wieder zurückerhalten haben oder bis Sie den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zugesandt haben, je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Ware unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrages unterrichten, an uns (Ölmühle Solling GmbH, Höxtersche Str. 3, 37691 Boffzen) zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von 14 Tagen absenden. Sie tragen die unmittelbaren Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit Ihnen zurückzuführen ist.

Ausschluss- bzw. Erlöschensgründe

Der Widerruf besteht nicht bei Verträgen

- zur Lieferung von Waren, die nicht vorgefertigt sind und für deren Herstellung eine individuelle Auswahl oder Bestimmung durch den Verbraucher maßgeblich ist und die eindeutig auf die persönlichen Bedürfnisse des Verbrauchers zugeschnitten sind;
- zur Lieferung von Waren, die schnell verderben können oder deren Verfallsdatum schnell überschritten würde;
- zur Lieferung von Zeitungen, Zeitschriften oder Illustrierten mit Ausnahme von Abonnement-Verträgen.
- Das Widerrufsrecht erlischt vorzeitig bei Verträgen
- zur Lieferung versicherter Waren, die aus Gründen des Gesundheitsschutzes oder der Hygiene nicht zur Rückgabe geeignet sind, wenn ihre Versiegelung nach der Lieferung entfernt wurde;
- zur Lieferung von Waren, wenn diese nach der Lieferung aufgrund ihrer Beschaffenheit untrennbar mit anderen Gütern vermischt wurden;
- zur Lieferung von Ton- oder Videoaufnahmen oder Computer-Software in einer versiegelten Packung, wenn die Versiegelung nach der Lieferung entfernt wurde.

11.) SONSTIGES

Dieser Vertrag und die gesamten Rechtsbeziehungen der Parteien unterliegen dem Recht der Bundesrepublik Deutschland unter Ausschluss des UN-Kaufrechts (CISG).

Sollten einzelne Bestimmungen dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen unwirksam sein oder werden oder eine Lücke enthalten, so bleiben die übrigen Bestimmungen hiervon unberührt.

Ölmühle Solling GmbH

Sarah Baensch, Sebastian Baensch / Geschäftsführer

Höxtersche Straße 3 · 37691 Boffzen / Germany

T 05271.9 66 66-0 · F 05271.9 66 66-66

info@oelmuehle-solling.de

oelmuehle-solling.de

DE-ÖKO-039

Amtsgericht Hildesheim, HRB 110681

Steuernummer 31/200/75509

USt-IdNr. DE 81 2009708



BESTELLUNG UND BERATUNG

T 0 52 71 . 9 66 66-0 · info@oelmuehle-solling.de · Montag bis Freitag 8 – 17 Uhr
Ölmühle Solling GmbH · Höxtersche Straße 3 · 37691 Boffzen

MÜHLENLADEN BOFFZEN

Höxtersche Straße 3 · 37691 Boffzen

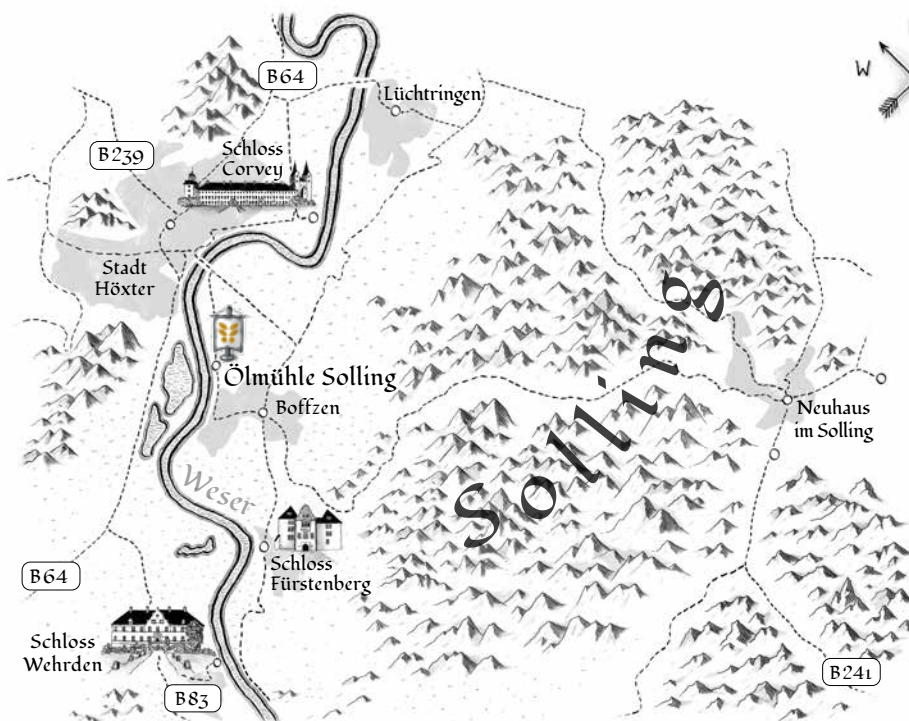
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00 – 17.30 Uhr und Samstag 9.30 – 14.30 Uhr

MÜHLENLADEN KÖLN

Friesenwall 29 · 50672 Köln

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 11 – 19 Uhr und Samstag 11 – 18 Uhr

T 0 2 2 1 . 2 9 8 4 8 8 7 8 · koeln@oelmuehle-solling.de



oelmuehle-solling.de

oelmuehle-solling.de



DE-ÖKO-039

