

# Bio Leinöl aus Schweizer Anbau

Ausdrücke wie «Eine Fahrt ins Blaue» oder «Sein blaues Wunder erleben» entstanden durch die blaue Farbe der Leinblüten.

jeden Monat frisch kaltgepresst

1 Tonne Leinsamen liefert  
rund 350 Liter Öl

nussig-brotiges Aroma

reich an  
Omega-3-Fettsäuren

100 % Schweiz

für die kalte Küche



Jede Flasche von unserem Schweizer Leinöl ist mit dem Pressdatum versehen. Das gibt Ihnen Sicherheit, dass Sie frisches Leinöl kaufen.

**biofarm**

# Leingold aus dem blauen Blütenmeer

## Anwendung

Das Biofarm Leinöl aus Schweizer Anbau zeichnet sich durch sein typisch nussig-brotiges Aroma aus. Leinöl kann auch ein wenig bitter sein – das gehört dazu.

Kaltgepresstes Leinöl ist für die kalte Küche geeignet, nicht zum Kochen oder Braten. Es sollte nicht erhitzt werden.

Zwei Teelöffel Leinöl decken den täglichen Bedarf an Omega-3-Fettsäuren. Omega-3-Fettsäuren gehören zu den wichtigsten Vitalstoffen. Ihre positive Wirkung auf Blutfettwerte, Herz, Kreislauf, Sehkraft und Konzentrationsfähigkeit ist erwiesen.

## Lagerung

Das empfindliche Leinöl sollte vor Wärme, Licht und Sauerstoff geschützt werden. Deshalb empfehlen wir, das Öl im Kühlschrank aufzubewahren. Kühle Lagerung verzögert den Prozess, bei dem das Leinöl bitter wird. Zudem bleiben die wertvollen Omega-3-Fettsäuren besser erhalten.

Läden, die keine Kühlmöglichkeit im Verkaufsraum haben, empfehlen wir, nur 1–2 Flaschen ins Regal zu stellen und die restlichen Flaschen im kühlen Lager zu belassen. Bei Biofarm können auch leere Musterflaschen als Platzhalter kostenlos bestellt werden.

Das Leinöl kann aufgrund des niedrigen Schmelzpunktes sogar im Kühlschrank-Gefrierfach gelagert werden, so bleibt die Frische und das nussige Aroma über mehrere Wochen erhalten. Die Mindesthaltbarkeit beträgt 6 Monate; nach dem Öffnen sollte das Öl innerhalb weniger Wochen aufgebraucht werden.

**Unter [biofarm.ch](http://biofarm.ch) finden Sie Rezeptideen wie z.B. das Leinölparfait.**

