

Hanföl



Gesundheitliche Aspekte von Hanföl

Täglich ein bis zwei Esslöffel Hanföl nach dem Essen sorgen für eine ausgewogene Versorgung mit lebenswichtigen Fettsäuren, denn Hanf ist reich an mehrfach ungesättigten Omega 3 und Omega 6 Fettsäuren, in einem ausgewogenen Verhältnis, welches dem menschlichen Fettsäuremuster ähnlich ist.

Neben der Einnahme kann Hanföl auch äußerlich angewendet werden und ist v. a. für sensible Haut gut geeignet. Durch Einmassieren in die feuchte Haut zieht es in tiefe Hautschichten ein, hält die Haut geschmeidig und beugt z. B. aufspringender Haut vor. Es eignet sich hervorragend, eine gesunde Kopfhaut und vitale Haare zu unterstützen. Auch für Ölziehkuren wird Hanföl gerne verwendet.

Die Verwendung von Hanföl

Hanf wird auch als regionales „Superfood der Zukunft“ und Hanföl als das „Beste aller Speiseöle“ bezeichnet.

Hanföl steht nicht nur auf dem Speiseplan von Sportlern, Vegetariern und Veganern. Mit seinem nussigen Geschmack ist es eine Bereicherung für Salate, Pesto, Smoothies, Dips, Dressings, Eis, Joghurts, Quark, Müsli, Frühstücksbrei, Saucen, Aufstriche. Außerdem eignet sich zum Abrunden warmer Speisen oder Dünsten von Gemüse.

Daneben findet Hanföl auch bei der Seifenherstellung Verwendung.

Adlstraß und Hanföl

Wir gewinnen das Hanföl aus eigenen Bio-Hanfnüssen durch schonende Kaltpressung in unserer hofeigenen Ölmühle. Das unfiltrierte Öl enthält u. a. wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe. Für uns ist das Hanföl nicht nur ein kulinarischer Genuss und ein pflegendes Kosmetik-Produkt, sondern findet auch bei der Pflege von Holzoberflächen Anwendung.

Bitte das Hanföl kühl und dunkel lagern.