

## Welche Inhaltsstoffe machen Arganöl so kostbar?

Der Arganbaum und das aus ihm gewonnene Arganöl sind seit jeher Bestandteil der marokkanischen Kultur, Lebensweise und Küche. Die Arganie (Arganbaum) versorgt die Menschen mit Holz als Brennstoff und als Gerüst für ihre Häuser, mit Arganöl als Medizin und die Blätter dienen als Futter für die Ziegen.

Die Marokkaner verwenden schon seit Jahrhunderten das hochwertige Arganöl in der traditionellen medizinischen Anwendung und behaupten, Arganöl bewirke Wunder. Ohne die Inhaltsstoffe von Arganöl zu kennen, galt das hochwertige Öl in Marokko schon lange als Lebenselixier, welches die Schönheit bewahrt und die Gesundheit erhält.

Internationale wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass Arganöl zu den wertvollsten Lebensmitteln und hochwertigsten Ölen der Welt gehört. Arganöl unterscheidet sich wesentlich von anderen hochwertigen Ölen dahingehend, dass es u.a. zu über 80% aus ungesättigten Fettsäuren besteht und wie kein anderes Öl einen hohen Anteil an Antioxidantien enthält, reich an Alpha-Tocopherol ist, das die stärkste Vitamin E Aktivität besitzt, und eine weitere Reihe von Bestandteilen mit medizinischen Wirkungen enthält, wie z.B. die äußerst selten vorkommenden pflanzlichen Sterine Spinasterol und Schottenol.

Diese Ergebnisse zu Arganöl basieren auf Forschungen die unter anderem von der marokkanischen Professorin Zoubida Charrouf, Casablanca, Prof. Dr. Rachid Soulimani von der Universität Metz, Frankreich, von Prof. Robert Owen vom Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg durchgeführt worden sind. In zahlreichen Forschungsarbeiten konnten die traditionell genutzten Eigenschaften wissenschaftlich belegt werden.

Leider ist es aus rechtlichen Gründen untersagt, näher auf die gesundheitsfördernden Eigenschaften von Arganöl einzugehen und diese genauer hier zu beschreiben. Daher empfehlen wir die Veröffentlichungen in den Medien und das Buch von Dr. Peter Schleicher "Argan-Öl, die heilende Wirkung des marokkanischen Goldes", erschienen im Südwest-Verlag und auch über unseren Shop erhältlich.

**In der Kosmetik wird Arganöl als zellverjüngendes Anti-Aging-Mittel zur Linderung von Falten und zur Hautverjüngung eingesetzt sowie bei Bindegewebsschwäche und Zellulite.**

Aber Arganöl ist nicht nur medizinisch und kosmetisch äußerst wertvoll, sondern ist auch zum Kochen und Würzen ein kulinarischer Genuß. Arganöl hat einen nussigen Geschmack, es eignet sich wunderbar als Salatöl, man kann es aber auch zum Kochen und Braten verwenden.

Oder machen Sie es wie die Marokkaner. Mischen Sie morgens einen Esslöffel Arganöl mit einem Esslöffel Honig und nehmen Sie diese gesunde und leckere Delikatesse mit etwas Brot ein.

100 ml Arganöl enthalten:

Säuregehalt (ISO 660)	0,24
Peroxyd Kennzahl (ISO 3960)	1,18

<b>Fettsäuren-Zusammensetzung (ISO 5508)</b>	
Palmitinsäure C16:0	<b>12,2%</b>
Palmitoleinsäure C16:1	<b>0,1%</b>
Stearinsäure C18:0	<b>5,3%</b>
Oleinsäure C18:1	<b>45,4%</b>
Linolsäure C18:2	<b>35,4%</b>
Linolensäure C18:3	<b>0,2%</b>
Arachidonsäure C20:0	<b>0,3%</b>
Gadolensäure C20:1	<b>0,4%</b>
<b>Zusammensetzung der Sterole (ISO 6799)</b>	
Compesterol	<b>0,8%</b>
Stigmasterol	<b>0,7%</b>
Spinasterol	<b>36,9%</b>
Schottenol	<b>44,7%</b>

**(Analysen unterliegen den üblichen biologischen Schwankungen bei Naturprodukten)**

**Quelle: Laboratoire officiel d'analyses et de recherches Chimiques du Ministère de l'agriculture et du developpement rural du Royaume du Maroc.**

Möchten Sie mehr über Arganöl erfahren?  
Klicken Sie einfach auf das gewünschte Arganöl-Thema.

- [Über Arganöl \(allgemein\)](#)
- [Herstellung von Arganöl](#)
- [Unser Arganöl ARGANADIR](#)