

PZN:

016 082 35

USP's:

- Das aus Ägypten stammende Schwarzkümmelöl wird aus den Samen von *Nigella sativa* L durch schonende Kaltpressung ohne Auszugsmittel gewonnen.

Schwarzkümmelöl

Das gelbe bis dunkelbraunes, würzig schmeckendes Öl enthält die wertvollen ungesättigten essentiellen Fettsäuren wie z.B. Linol – säure und Linolensäure und auch 0,5 bis 1,5 % ätherisches Öl.

Hinweis

Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung zu sehen. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Netto-Füllmenge

Inhalt = 50 ml

Verzehrempfehlung

Täglich 20 bis 25 Tropfen (bis zu einem halben Teelöffel ca. 1 ml) kurmäßig 3 bis 6 Monate lang verwenden. Wegen seines würzigen Geschmacks kann diese Menge Schwarzkümmelöl auch bei der Zubereitung von Salaten, Braten oder salzigem Gebäck verwendet werden.

Nährwerte	pro 50 ml	pro 1 ml
Brennwert	1880 kJ (449 kcal)	
Eiweiß	0 g	
Kohlenhydrate	0 g	
Fett	45,5 g	
gesättigte Fettsäuren *	7 g	
einfach ungesättigte Fettsäuren *	10,5 g	0,105 g
mehrfach ungesättigte Fettsäuren *	27,5 g	0,275 g
- davon Linolsäure		247,5 mg
- davon Linolensäure		0,85 mg

* jeweils berechnet als Triglycerid