
Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Einleitung | 1 |
| Definitionen | 1 |
| Historisches | 2 |
| Die Gewinnung pflanzlicher Öle und Fette heute | 3 |
| Vorteile von kaltgepresstem Öl | 6 |
| Nachteile von kaltgepresstem Öl | 7 |
| Charakter der ausgewählten pflanzlichen Öle | 7 |
| Physikalische und chemische Kennzahlen | 10 |
| Haltbarkeit und Lagerung | 11 |
| Anwendung pflanzlicher fester Öle | 12 |
| Die wichtigsten Bestandteile fester Pflanzenöle | 20 |
| Acajuöl | 27 |
| Stammpflanze | 28 |
| Anbau und Gewinnung | 28 |
| Charakter | 29 |
| Inhaltsstoffe | 30 |
| Verwendung | 32 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 33 |
| Ackersenöl | 35 |
| Stammpflanze | 36 |
| Anbau und Gewinnung | 36 |
| Charakter | 37 |
| Inhaltsstoffe | 38 |
| Verwendung | 39 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 40 |
| Affenbrotbaumöl | 41 |
| Stammpflanze | 42 |
| Anbau und Gewinnung | 43 |

| | |
|---|-----------|
| Charakter | 43 |
| Inhaltsstoffe | 44 |
| Verwendung | 45 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 46 |
| Ajowanaöl | 47 |
| Stammpflanze | 47 |
| Anbau und Gewinnung | 48 |
| Charakter | 48 |
| Inhaltsstoffe | 49 |
| Verwendung | 49 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 50 |
| Algenöl | 53 |
| Stammpflanzen | 54 |
| Anbau und Gewinnung | 55 |
| Charakter | 55 |
| Inhaltsstoffe | 55 |
| Verwendung | 57 |
| Amaranthöl | 61 |
| Stammpflanze | 61 |
| Anbau und Gewinnung | 62 |
| Charakter | 63 |
| Inhaltsstoffe | 64 |
| Verwendung | 66 |
| Andirobaöl | 69 |
| Stammpflanze | 69 |
| Anbau und Gewinnung | 69 |
| Charakter | 70 |
| Inhaltsstoffe | 70 |
| Verwendung | 71 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 72 |
| Apfelkernöl | 73 |
| Stammpflanze | 74 |
| Anbau und Gewinnung | 74 |
| Charakter | 75 |
| Inhaltsstoffe | 76 |
| Verwendung | 77 |
| Arganöl | 79 |
| Stammpflanze | 80 |
| Anbau und Gewinnung | 80 |
| Charakter | 82 |

| | |
|---------------------------------|------------|
| Inhaltsstoffe | 82 |
| Verwendung | 85 |
| Artischockenöl | 87 |
| Stammpflanze | 88 |
| Anbau und Gewinnung | 88 |
| Charakter | 89 |
| Inhaltsstoffe | 90 |
| Verwendung | 92 |
| Avellanaöl | 95 |
| Stammpflanze | 95 |
| Anbau und Gewinnung | 96 |
| Charakter | 96 |
| Inhaltsstoffe | 97 |
| Verwendung | 97 |
| Avocadoöl | 99 |
| Stammpflanze | 100 |
| Anbau und Gewinnung | 100 |
| Charakter | 101 |
| Inhaltsstoffe | 102 |
| Verwendung | 105 |
| Babassuöl | 107 |
| Stammpflanze | 107 |
| Anbau und Gewinnung | 108 |
| Charakter | 108 |
| Inhaltsstoffe | 109 |
| Verwendung | 110 |
| Balanitesöl | 113 |
| Stammpflanze | 113 |
| Anbau und Gewinnung | 114 |
| Charakter | 114 |
| Inhaltsstoffe | 114 |
| Verwendung | 115 |
| Basilikumöl | 117 |
| Stammpflanze | 118 |
| Anbau und Gewinnung | 118 |
| Charakter | 119 |
| Inhaltsstoffe | 119 |
| Verwendung | 120 |

| | |
|------------------------------------|-----|
| Baumwollsaamenöl | 123 |
| Stammpflanze | 124 |
| Anbau und Gewinnung | 124 |
| Charakter | 125 |
| Inhaltsstoffe | 127 |
| Verwendung | 129 |
| Behenöl | 131 |
| Stammpflanzen | 131 |
| Anbau und Gewinnung | 132 |
| Charakter | 132 |
| Inhaltsstoffe | 133 |
| Verwendung | 136 |
| Birnenkernöl | 139 |
| Stammpflanze | 140 |
| Anbau und Gewinnung | 140 |
| Charakter | 141 |
| Inhaltsstoffe | 141 |
| Verwendung | 143 |
| Borneotalg | 145 |
| Stammpflanze | 146 |
| Anbau und Gewinnung | 146 |
| Charakter | 147 |
| Inhaltsstoffe | 148 |
| Verwendung | 149 |
| Borretschsaamenöl | 151 |
| Stammpflanze | 152 |
| Anbau und Gewinnung | 152 |
| Charakter | 153 |
| Inhaltsstoffe | 154 |
| Verwendung | 156 |
| Brombeerkernöl | 159 |
| Stammpflanze | 160 |
| Anbau und Gewinnung | 160 |
| Charakter | 161 |
| Inhaltsstoffe | 162 |
| Verwendung | 163 |
| Bucheckernöl | 165 |
| Stammpflanze | 166 |
| Anbau und Gewinnung | 166 |
| Charakter | 167 |

| | |
|---|------------|
| Inhaltsstoffe | 167 |
| Verwendung | 168 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 168 |
| Calophyllumöl | 169 |
| Stammpflanze | 170 |
| Anbau und Gewinnung | 170 |
| Charakter | 171 |
| Inhaltsstoffe | 171 |
| Verwendung | 172 |
| Catappaöl | 175 |
| Stammpflanze | 176 |
| Anbau und Gewinnung | 176 |
| Charakter | 177 |
| Inhaltsstoffe | 177 |
| Verwendung | 178 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 179 |
| Chaulmoograöl | 181 |
| Stammpflanze | 181 |
| Anbau und Gewinnung | 182 |
| Charakter | 182 |
| Inhaltsstoffe | 183 |
| Verwendung | 183 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 184 |
| Chiaöl | 185 |
| Stammpflanze | 185 |
| Anbau und Gewinnung | 186 |
| Charakter | 187 |
| Inhaltsstoffe | 187 |
| Verwendung | 189 |
| Chufaöl | 191 |
| Stammpflanze | 192 |
| Anbau und Gewinnung | 192 |
| Charakter | 193 |
| Inhaltsstoffe | 193 |
| Verwendung | 194 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 196 |
| Cohuneöl | 197 |
| Stammpflanze | 197 |
| Anbau und Gewinnung | 198 |
| Charakter | 198 |

| | |
|---|-----|
| Inhaltsstoffe | 199 |
| Verwendung | 199 |
| Cupuacubutter | 201 |
| Stammpflanze | 201 |
| Anbau und Gewinnung | 201 |
| Charakter | 202 |
| Inhaltsstoffe | 202 |
| Verwendung | 203 |
| Distelöl | 205 |
| Stammpflanze | 206 |
| Anbau und Gewinnung | 206 |
| Charakter | 207 |
| Inhaltsstoffe | 209 |
| Verwendung | 212 |
| Erdnussöl/afrikan. Erdnussöl | 215 |
| Stammpflanze | 216 |
| Anbau und Gewinnung | 216 |
| Charakter | 217 |
| Inhaltsstoffe | 219 |
| Verwendung | 222 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 224 |
| Espartowachs | 227 |
| Stammpflanze | 228 |
| Anbau und Gewinnung | 228 |
| Charakter | 228 |
| Inhaltsstoffe | 229 |
| Verwendung | 229 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 230 |
| Fenchelöl | 231 |
| Stammpflanze | 232 |
| Anbau und Gewinnung | 232 |
| Charakter | 233 |
| Inhaltsstoffe | 233 |
| Verwendung | 234 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 235 |
| Fulwatalg | 237 |
| Stammpflanze | 237 |
| Anbau und Gewinnung | 238 |
| Charakter | 238 |

| | |
|--|------------|
| Inhaltsstoffe | 238 |
| Verwendung | 239 |
| Granatapfelkernöl | 241 |
| Stammpflanze | 242 |
| Anbau und Gewinnung | 242 |
| Charakter | 243 |
| Inhaltsstoffe | 243 |
| Verwendung | 244 |
| Hagebutteröl/ Wildrosenöl | 247 |
| Stammpflanze | 247 |
| Anbau und Gewinnung | 248 |
| Charakter | 248 |
| Inhaltsstoffe | 249 |
| Verwendung | 250 |
| Hanföl | 251 |
| Stammpflanze | 252 |
| Anbau und Gewinnung | 252 |
| Charakter | 253 |
| Inhaltsstoffe | 254 |
| Verwendung | 255 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 257 |
| Haselnussöl | 259 |
| Stammpflanze | 260 |
| Anbau und Gewinnung | 261 |
| Charakter | 261 |
| Inhaltsstoffe | 263 |
| Verwendung | 266 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 267 |
| Illipefett | 269 |
| Stammpflanze | 269 |
| Anbau und Gewinnung | 270 |
| Charakter | 270 |
| Inhaltsstoffe | 271 |
| Verwendung | 273 |
| Japantalg | 275 |
| Stammpflanze | 275 |
| Anbau und Gewinnung | 276 |
| Charakter | 276 |
| Inhaltsstoffe | 277 |

| | |
|---|------------|
| Verwendung | 277 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 278 |
| Jatropha-Curcas-Samenöl | 279 |
| Stammpflanze | 279 |
| Anbau und Gewinnung | 280 |
| Charakter | 280 |
| Inhaltsstoffe | 281 |
| Verwendung | 282 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 283 |
| Johannisbeersamenöl | 285 |
| Stammpflanzen | 285 |
| Anbau und Gewinnung | 286 |
| Charakter | 286 |
| Inhaltsstoffe | 286 |
| Verwendung | 289 |
| Johanniskrautöl | 293 |
| Stammpflanze | 294 |
| Anbau und Gewinnung | 294 |
| Charakter | 295 |
| Inhaltsstoffe | 295 |
| Verwendung | 296 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 297 |
| Jojobaöl/Jojobawachs | 299 |
| Stammpflanze | 300 |
| Anbau und Gewinnung | 301 |
| Charakter | 301 |
| Inhaltsstoffe | 302 |
| Verwendung | 304 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 305 |
| Kaffeebohnenöl | 307 |
| Stammpflanze | 308 |
| Anbau und Gewinnung | 308 |
| Charakter | 309 |
| Inhaltsstoffe | 310 |
| Verwendung | 311 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 311 |
| Kakaobutter | 313 |
| Stammpflanze | 314 |
| Anbau und Gewinnung | 315 |
| Charakter | 315 |

| | |
|---|------------|
| Inhaltsstoffe | 316 |
| Verwendung | 319 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 321 |
| Kaktusfeigenkernöl | 323 |
| Stammpflanze | 324 |
| Anbau und Gewinnung | 325 |
| Charakter | 325 |
| Inhaltsstoffe | 326 |
| Verwendung | 327 |
| Kapoköl | 329 |
| Stammpflanzen | 330 |
| Anbau und Gewinnung | 330 |
| Charakter | 331 |
| Inhaltsstoffe | 331 |
| Verwendung | 332 |
| Karnaubawachs | 333 |
| Stammpflanze | 333 |
| Anbau und Gewinnung | 334 |
| Charakter | 334 |
| Inhaltsstoffe | 335 |
| Verwendung | 336 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 337 |
| Karottenöl | 339 |
| Stammpflanze | 340 |
| Anbau und Gewinnung | 340 |
| Charakter | 341 |
| Inhaltsstoffe | 341 |
| Verwendung | 343 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 344 |
| Kirschkernel | 345 |
| Stammpflanze | 346 |
| Anbau und Gewinnung | 346 |
| Charakter | 347 |
| Inhaltsstoffe | 348 |
| Verwendung | 349 |
| Kiwiöl | 351 |
| Stammpflanze | 352 |
| Anbau und Gewinnung | 352 |
| Charakter | 353 |

| | |
|---|------------|
| Inhaltsstoffe | 353 |
| Verwendung | 354 |
| Kokosnussöl | 355 |
| Stammpflanze | 356 |
| Anbau und Gewinnung | 357 |
| Charakter | 358 |
| Inhaltsstoffe | 359 |
| Verwendung | 361 |
| Kokumbutter | 363 |
| Stammpflanze | 363 |
| Anbau und Gewinnung | 364 |
| Charakter | 364 |
| Inhaltsstoffe | 365 |
| Verwendung | 366 |
| Korianderöl | 369 |
| Stammpflanze | 370 |
| Anbau und Gewinnung | 370 |
| Charakter | 371 |
| Inhaltsstoffe | 372 |
| Verwendung | 374 |
| Krambenöl | 377 |
| Stammpflanze | 377 |
| Anbau und Gewinnung | 378 |
| Charakter | 379 |
| Inhaltsstoffe | 379 |
| Verwendung | 381 |
| Krotonöl | 383 |
| Stammpflanze | 383 |
| Anbau und Gewinnung | 384 |
| Charakter | 384 |
| Inhaltsstoffe | 384 |
| Verwendung | 386 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 387 |
| Kukuinussöl | 389 |
| Stammpflanze | 389 |
| Anbau und Gewinnung | 390 |
| Charakter | 390 |
| Inhaltsstoffe | 391 |
| Verwendung | 391 |

| | |
|---|-----|
| Kümmelöl | 393 |
| Stammpflanze | 394 |
| Anbau und Gewinnung | 394 |
| Charakter | 395 |
| Inhaltsstoffe | 395 |
| Verwendung | 396 |
| Kürbiskernöl | 397 |
| Stammpflanze | 398 |
| Anbau und Gewinnung | 398 |
| Charakter | 399 |
| Inhaltsstoffe | 402 |
| Verwendung | 404 |
| Leindotteröl | 407 |
| Stammpflanze | 407 |
| Anbau und Gewinnung | 408 |
| Charakter | 408 |
| Inhaltsstoffe | 410 |
| Verwendung | 412 |
| Leinsamenöl | 415 |
| Stammpflanze | 416 |
| Anbau und Gewinnung | 416 |
| Charakter | 417 |
| Inhaltsstoffe | 420 |
| Verwendung | 423 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 425 |
| Lorbeeröl | 427 |
| Stammpflanze | 428 |
| Anbau und Gewinnung | 428 |
| Charakter | 429 |
| Inhaltsstoffe | 429 |
| Verwendung | 430 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 431 |
| Macadamiaöl | 433 |
| Stammpflanze | 434 |
| Anbau und Gewinnung | 434 |
| Charakter | 435 |
| Inhaltsstoffe | 436 |
| Verwendung | 437 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 438 |

| | |
|---------------------------------|-----|
| Macassaröl | 439 |
| Stammpflanzen | 440 |
| Anbau und Gewinnung | 440 |
| Charakter | 440 |
| Inhaltsstoffe | 441 |
| Verwendung | 441 |
| Madiaöl | 443 |
| Stammpflanze | 443 |
| Anbau und Gewinnung | 444 |
| Charakter | 445 |
| Inhaltsstoffe | 446 |
| Verwendung | 446 |
| Maisöl | 449 |
| Stammpflanze | 450 |
| Anbau und Gewinnung | 450 |
| Charakter | 451 |
| Inhaltsstoffe | 452 |
| Verwendung | 454 |
| Mandelöl | 457 |
| Stammpflanze | 458 |
| Anbau und Gewinnung | 458 |
| Charakter | 459 |
| Inhaltsstoffe | 460 |
| Verwendung | 463 |
| Mangokernöl | 467 |
| Stammpflanze | 468 |
| Anbau und Gewinnung | 468 |
| Charakter | 469 |
| Inhaltsstoffe | 469 |
| Verwendung | 470 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 471 |
| Marillenkernöl | 473 |
| Stammpflanze | 474 |
| Anbau und Gewinnung | 474 |
| Charakter | 475 |
| Inhaltsstoffe | 476 |
| Verwendung | 478 |
| Marulaöl | 481 |
| Stammpflanze | 481 |
| Anbau und Gewinnung | 482 |

| | |
|--|------------|
| Charakter | 482 |
| Inhaltsstoffe | 482 |
| Verwendung | 483 |
| Mohnöl | 485 |
| Stammpflanze | 486 |
| Anbau und Gewinnung | 487 |
| Charakter | 488 |
| Inhaltsstoffe | 489 |
| Verwendung | 491 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 492 |
| Mowrahbutter | 493 |
| Stammpflanze | 493 |
| Anbau und Gewinnung | 494 |
| Charakter | 494 |
| Inhaltsstoffe | 495 |
| Verwendung | 496 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 498 |
| Muskatbutter | 499 |
| Stammpflanze | 500 |
| Anbau und Gewinnung | 501 |
| Charakter | 501 |
| Inhaltsstoffe | 502 |
| Verwendung | 503 |
| Mögliche unerwünschte Nebenwirkungen | 503 |
| Myricawachs | 505 |
| Stammpflanze | 505 |
| Anbau und Gewinnung | 506 |
| Charakter | 506 |
| Inhaltsstoffe | 507 |
| Verwendung | 507 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 508 |
| Nachtkerzenöl | 509 |
| Stammpflanze | 510 |
| Anbau und Gewinnung | 510 |
| Charakter | 511 |
| Inhaltsstoffe | 512 |
| Verwendung | 514 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 515 |
| Niemöl | 517 |
| Stammpflanze | 518 |

| | |
|---------------------------------|-----|
| Anbau und Gewinnung | 518 |
| Charakter | 519 |
| Inhaltsstoffe | 520 |
| Verwendung | 521 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 523 |
| Nigersamenöl, Ramtillöl | 525 |
| Stammpflanze | 525 |
| Anbau und Gewinnung | 526 |
| Charakter | 527 |
| Inhaltsstoffe | 528 |
| Verwendung | 530 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 532 |
| Oiticicaöl | 533 |
| Stammpflanze | 533 |
| Anbau und Gewinnung | 533 |
| Charakter | 534 |
| Inhaltsstoffe | 535 |
| Verwendung | 535 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 536 |
| Olivensöl | 537 |
| Stammpflanze | 538 |
| Anbau und Gewinnung | 538 |
| Charakter | 542 |
| Inhaltsstoffe | 544 |
| Verwendung | 547 |
| Ootangaöl | 551 |
| Stammpflanzen | 552 |
| Anbau und Gewinnung | 552 |
| Charakter | 552 |
| Inhaltsstoffe | 553 |
| Verwendung | 554 |
| Öl der Öllupine | 557 |
| Stammpflanze | 557 |
| Anbau und Gewinnung | 558 |
| Charakter | 559 |
| Inhaltsstoffe | 560 |
| Verwendung | 561 |
| Öl der Ölräuke | 563 |
| Stammpflanze | 564 |
| Anbau und Gewinnung | 564 |

| | |
|---|------------|
| Charakter | 565 |
| Inhaltsstoffe | 566 |
| Verwendung | 566 |
| Öl des Ölrettichs | 569 |
| Stammpflanze | 569 |
| Anbau und Gewinnung | 570 |
| Charakter | 570 |
| Inhaltsstoffe | 571 |
| Verwendung | 571 |
| Öl der Ölziest | 573 |
| Stammpflanze | 573 |
| Anbau und Gewinnung | 574 |
| Charakter | 575 |
| Inhaltsstoffe | 575 |
| Verwendung | 575 |
| Palmkernöl/Palmöl | 577 |
| Stammpflanze | 578 |
| Anbau und Gewinnung | 578 |
| Charakter | 579 |
| Inhaltsstoffe | 580 |
| Verwendung | 584 |
| Papayasamenöl | 587 |
| Stammpflanze | 588 |
| Anbau und Gewinnung | 588 |
| Charakter | 589 |
| Inhaltsstoffe | 590 |
| Verwendung | 592 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 592 |
| Paprikakernöl | 593 |
| Stammpflanze | 594 |
| Anbau und Gewinnung | 594 |
| Charakter | 595 |
| Inhaltsstoffe | 595 |
| Verwendung | 596 |
| Paranussöl | 597 |
| Stammpflanze | 598 |
| Anbau und Gewinnung | 598 |
| Charakter | 599 |
| Inhaltsstoffe | 600 |

| | |
|---|------------|
| Verwendung | 601 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 602 |
| Passionsfruchtsamenöl | 603 |
| Stammpflanze | 604 |
| Anbau und Gewinnung | 605 |
| Charakter | 605 |
| Inhaltsstoffe | 606 |
| Verwendung | 607 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 608 |
| Pekannussöl | 609 |
| Stammpflanze | 609 |
| Anbau und Gewinnung | 610 |
| Charakter | 610 |
| Inhaltsstoffe | 611 |
| Verwendung | 613 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 613 |
| Pequiöl | 615 |
| Stammpflanze | 615 |
| Anbau und Gewinnung | 616 |
| Charakter | 616 |
| Inhaltsstoffe | 617 |
| Verwendung | 618 |
| Perillaöl | 621 |
| Stammpflanze | 621 |
| Anbau und Gewinnung | 622 |
| Charakter | 622 |
| Inhaltsstoffe | 625 |
| Verwendung | 626 |
| Petersiliensamenöl | 629 |
| Stammpflanze | 630 |
| Anbau und Gewinnung | 631 |
| Charakter | 631 |
| Inhaltsstoffe | 632 |
| Verwendung | 633 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 634 |
| Pfefferöl | 635 |
| Stammpflanze | 636 |
| Anbau und Gewinnung | 636 |
| Charakter | 637 |

| | |
|---|------------|
| Inhaltsstoffe | 638 |
| Verwendung | 638 |
| Pfirsichkernöl | 639 |
| Stammpflanze | 640 |
| Anbau und Gewinnung | 640 |
| Charakter | 641 |
| Inhaltsstoffe | 641 |
| Verwendung | 643 |
| Pinienöl/Pinienkernöl | 645 |
| Stammpflanzen | 646 |
| Anbau und Gewinnung | 646 |
| Charakter | 647 |
| Inhaltsstoffe | 647 |
| Verwendung | 651 |
| Pistazien(kern)öl | 653 |
| Stammpflanze | 654 |
| Anbau und Gewinnung | 654 |
| Charakter | 655 |
| Inhaltsstoffe | 656 |
| Verwendung | 657 |
| Quinoaöl | 659 |
| Stammpflanze | 659 |
| Anbau und Gewinnung | 660 |
| Charakter | 661 |
| Inhaltsstoffe | 661 |
| Verwendung | 663 |
| Rapsöl | 665 |
| Stammpflanze | 666 |
| Anbau und Gewinnung | 666 |
| Charakter | 667 |
| Inhaltsstoffe | 669 |
| Verwendung | 672 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 673 |
| Reiskeimöl | 675 |
| Stammpflanze | 676 |
| Anbau und Gewinnung | 676 |
| Charakter | 677 |
| Inhaltsstoffe | 678 |
| Verwendung | 680 |

| | |
|--|-----|
| Ricinusöl | 683 |
| Stammpflanze | 684 |
| Anbau und Gewinnung | 684 |
| Charakter | 685 |
| Inhaltsstoffe | 686 |
| Verwendung | 687 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 689 |
| Ringelblumenöl | 691 |
| Stammpflanze | 692 |
| Anbau und Gewinnung | 692 |
| Charakter | 693 |
| Inhaltsstoffe | 693 |
| Verwendung | 694 |
| Sacha Inchiöl | 697 |
| Stammpflanze | 697 |
| Anbau und Gewinnung | 698 |
| Charakter | 699 |
| Inhaltsstoffe | 699 |
| Verwendung | 701 |
| Sanddornöl/Sand-Dornfruchtfleischöl | 703 |
| Stammpflanze | 704 |
| Anbau und Gewinnung | 705 |
| Charakter | 705 |
| Inhaltsstoffe | 706 |
| Verwendung | 709 |
| Schwarzkümmelöl | 713 |
| Stammpflanze | 714 |
| Anbau und Gewinnung | 714 |
| Charakter | 715 |
| Inhaltsstoffe | 715 |
| Verwendung | 716 |
| Senfsamenöl | 719 |
| Stammpflanze | 720 |
| Anbau und Gewinnung | 721 |
| Charakter | 721 |
| Inhaltsstoffe | 722 |
| Verwendung | 724 |
| Sesamöl/Sesamöl | 727 |
| Stammpflanze | 728 |
| Anbau und Gewinnung | 728 |

| | |
|---|-----|
| Charakter | 729 |
| Inhaltsstoffe | 737 |
| Verwendung | 739 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 740 |
| Sheabutter | 741 |
| Stammpflanze | 742 |
| Anbau und Gewinnung | 742 |
| Charakter | 743 |
| Inhaltsstoffe | 746 |
| Verwendung | 748 |
| Sojaöl | 751 |
| Stammpflanze | 752 |
| Anbau und Gewinnung | 752 |
| Charakter | 753 |
| Inhaltsstoffe | 754 |
| Verwendung | 757 |
| Sonnenblumenöl | 759 |
| Stammpflanze | 760 |
| Anbau und Gewinnung | 761 |
| Charakter | 761 |
| Inhaltsstoffe | 763 |
| Verwendung | 767 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 768 |
| Stillingiatalg/ Stillingiaöl | 769 |
| Stammpflanze | 769 |
| Anbau und Gewinnung | 770 |
| Charakter | 771 |
| Inhaltsstoffe | 772 |
| Verwendung | 773 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 774 |
| Tabaksamenöl | 775 |
| Stammpflanze | 776 |
| Anbau und Gewinnung | 776 |
| Charakter | 778 |
| Inhaltsstoffe | 778 |
| Verwendung | 781 |
| Teesamenöl | 783 |
| Stammpflanze | 783 |
| Anbau und Gewinnung | 784 |
| Charakter | 784 |

| | |
|---|------------|
| Inhaltsstoffe | 785 |
| Verwendung | 785 |
| Tomatenkernöl | 787 |
| Stammpflanze | 788 |
| Anbau und Gewinnung | 788 |
| Charakter | 789 |
| Inhaltsstoffe | 789 |
| Verwendung | 790 |
| Tungöl | 793 |
| Stammpflanzen | 793 |
| Anbau und Gewinnung | 794 |
| Charakter | 794 |
| Inhaltsstoffe | 795 |
| Verwendung | 796 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 797 |
| Weichselkernöl | 799 |
| Stammpflanze | 800 |
| Anbau und Gewinnung | 800 |
| Charakter | 801 |
| Inhaltsstoffe | 801 |
| Verwendung | 803 |
| Walnussöl | 805 |
| Stammpflanze | 806 |
| Anbau und Gewinnung | 806 |
| Charakter | 807 |
| Inhaltsstoffe | 808 |
| Verwendung | 811 |
| Mögliche unerwünschte Wirkungen | 812 |
| Weintraubenkernöl | 813 |
| Stammpflanze | 814 |
| Anbau und Gewinnung | 814 |
| Charakter | 815 |
| Inhaltsstoffe | 816 |
| Verwendung | 818 |
| Weizenkeimöl | 823 |
| Stammpflanze | 824 |
| Anbau und Gewinnung | 824 |
| Charakter | 826 |
| Inhaltsstoffe | 826 |
| Verwendung | 829 |

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Zedernussöl | 831 |
| Stammpflanze | 831 |
| Anbau und Gewinnung | 832 |
| Charakter | 832 |
| Inhaltsstoffe | 833 |
| Verwendung | 834 |
| Zwetschkenkernöl | 837 |
| Stammpflanze | 838 |
| Anbau und Gewinnung | 838 |
| Charakter | 839 |
| Inhaltsstoffe | 840 |
| Verwendung | 841 |
| Bildnachweis | 843 |
| Literatur | 845 |
| Über die Autorin | 879 |

Lexikon der pflanzlichen Fette und Öle

Krist, S.

2013, XXXIII, 879 S. 83 Abb. in Farbe., Hardcover

ISBN: 978-3-7091-1004-1