|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| ***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.**  **<h2> Schwarzkümmelöl </h2>** 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.  **<h3>** **Hinweis </h3>**  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.  **<h4>** **Netto-Füllmenge </h4>**  Inhalt = 50 ml  **<h5>** **Verzehrempfehlung </h5>**  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.  **<h6>** **Nährwerte </h6>**   | **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 | | | |
|  |