

Das MoringaGarden Behenöl- das edelste Pflanzenöl

Qualität, Herkunft, Inhaltsstoffe

Der ökologische Betrieb MoringaGarden Tenerife baut ausschließlich Moringa Oleifera auf dieser, im Atlantik liegenden Vulkaninsel, an. Vulkanische Böden sind reich an Mineralstoffen und auch sehr „energisch“ geladen. Mit einem speziellen Dehydrierungsverfahren, eigenem Qualitätsmanagement von Samenstecken, über Aufzucht, Bewässerung (Galleriewasser), Pflege der Bäume, sowie richtiger Ernte- und Schnitttechniken und vor allem der mehrmaligen Selektion, hebt sich die Qualität vom MoringaGarden weit ab. Ebenso wurde eine eigenes Dehydrierungsverfahren (Trocknung) für die Blätter dieser sehr speziellen Pflanze entwickelt. Viele Bäume lassen wir wild wachsen und dienen auch als Windschutz. Von diesen lesen wir nach Selektion und naturgereift die Schoten und produzieren dieses ganz spezielle Öl.

100% öko, 100% Natur – ohne Presshilfen, kaltgepresst und nach natürlicher Dekantierung.

HQ Behenöl aus Eigenpressung

Spitzenqualität mit 100% ökologischen Samen aus Spezialpressung auf Teneriffa.

Wir betreiben einen unheimlichen Aufwand in unseren Ökofincas, um zum richtigen Zeitpunkt die Samenschoten zu lesen und dann sorgfältig die Samen von den Schotenschalen zu trennen. Es ist eine Art „Sisyphusarbeit“, da man ca. 2 Stunden braucht um 1 kg Samen auszulösen. Aber auch die anschließende Kaltpressung verläuft sehr langsam und ist mit einigen technischen Schwierigkeiten verbunden. Doch - der Aufwand lohnt sich. Nach dem Dekantieren erhalten wir ein Öl, dass wahrscheinlich sogar „Cleopatra“ vor Neid erblassen lassen würde.

Ein Öl das nicht einmal seinesgleichen sucht - ein unvergleichbar reines und pures Behenöl.

Behenöl ist das stabilste Pflanzenöl der Welt!

Warum heisst das Samenöl der Moringa Oleifera, Behenöl??

Das Behenöl ist das Öl der Samen der Moringa Oleifera, oder auch Meerrettichbaum genannt. Die darin vorkommende Behensäure gibt dem Behenöl, auch Benöl, Soringaöl oder Moringaöl genannt, seinen Namen.

Wissenswertes /Geschichte

Behenöl wurde schon in der Antike verwendet und sehr geschätzt. In Krügen transportiert und gelagert, erwähnte man es schon in der 6. Dynastie (2347–2216 v. Chr.). Als das wohl bekannteste und stabilste Pflanzenöl wurde es bei den Ägyptern zum Einbalsamieren, zum Kochen, als Basis von Parfüms und auch zu medizinischen Zwecken verwendet.

Auch in der traditionellen Ayurveda- Medizin und -Hautpflege hatte das Behenöl eine zentrale Bedeutung.

Auf Grund seiner hohen Stabilität gegen Oxidation und wegen seiner Feinheit, wurde es in der Moderne bei den wohl bekanntesten Uhrenmachern als Schmiermittel verwendet. Heute verwendet man ausschliesslich synthetische Öle.

Vor allem in Indien und Afrika gebraucht man das Behenöl auch als Speiseöl im Alltag.

Was ist Behenöl?

Im alten Indien wurde die Moringa auch "Wunderbaum" genannt. Aus dem Samen des Moringabaumes presst man das Behenöl. Die Samen beinhalten zwischen 30-40% diesen hochwertigen Öls.

Behenöl ist das stabilste Pflanzenöl der Welt!

Es wird durch Kaltpressung aus den Samen, wie man es von Olivenöl kennt, hergestellt. Es schmeckt leicht süss, etwas nussig und ist fast geruchslos. In den letzten Jahren wird immer vermehrt von Behenöl gesprochen. Aber richtig aufgeklärt, wird leider selten.

Unverständlicherweise hat dieses extrem gute Pflanzenöl noch ein Schattendasein gefristet. Jetzt jedoch gewinnt es einen hohen Bekanntheitsgrad.

Was machen die Samen und das Behenöl so wertvoll?

Die Samen des Moringa-Baumes sind in vielen Ländern als Heilmittel verschrieben. Sie werden zur Fiebersenkung verwendet. Samen sollen gut- und bösartige Tumore des Verdauungssystems bekämpfen. Auf Aruba nutzt man ein Samenmehl, um Warzen den Garaus zu machen. Die Samen werden ebenso bei Wurmbefall des Verdauungstraktes genutzt.

In Indien wird das Behenöl angewendet, um Rheuma, Gelenkschmerzen und Hautkrankheiten zu behandeln. Ferner kommt es auch bei Hysterie und Skorbut, sowie bei Problemen mit der Prostata und Blasenentzündung, zum Einsatz. Beliebt ist auch die Heilanwendung bei Leberentzündungen und Gelenkschmerzen.

Es gilt als anitoxidativ, desinfizierend, pilz- und bakterienhemmend, feuchtigkeitsspendend, durchblutungsfördernd, zellverjüngernd und abwehrstärkend.

Wasserreinigung durch Moringasamen

Der Pressrückstand bei der Behenölherstellung wird auch oft demonstrativ zur Wasserreinigung verwendet. Neue Forschungen bestreben diesen Ausfällungseffekt der Schwebeteilchen, kombiniert mit der antimikrobiellen Wirkung, in neue Techniken der Wasserreinigung mit nachwachsenden natürlichen Rohstoffen umzuwandeln.

Warum das Behenöl relative teuer ist?

Die Schoten der Moringas werden per Hand gepflückt und dann werden die Samen per Hand aus der Schote gelöst. Um ein besseres Öl mit weniger Bitterstoffen zu erhalten, werden zusätzlich noch die Samenschalen vom inneren eigentlichen Samen getrennt.

Und als Resultat einer Kaltpressung bekommt man dann nur ca. 25-30% Öl aus den Samen gepresst.

Wichtige Inhaltsstoffe:

Das Behenöl besteht, wie der Name schon sagt, zu einem grossen Anteil aus der Fettsäure **Behensäure** (n-Docosansäure).

Aber, wie das "extra virgin"- Olivenöl, besteht es hauptsächlich (zu ca. 70%) aus **Ölsäure**. Daneben kommen auch Palmitinsäure, Stearinsäure in grösseren Mengen vor.

Fettsäuren gehören zu der Gruppe der Lipide.
 Fette und fettige Öle sind so aufgebaut, dass verschiedenen Fettsäuren an das "Skelett" Glycerin angehängt werden.

Es gibt viele Forschungen mit Ölen und **nur die Kombination der Zusammensetzung der Fettsäuren machen aus einem Öl oder Fett einen Bestandteil der Nahrung, die sich positive oder weniger positive auf unsere Gesundheit auswirken.**

Im Folgenden sind einige offizielle Analysen von Behenöl zwischen 1970-1995.

Fettsäure		Zusammensetzung%			
		NRI (1993)	Ferrao und Ferrao (1970)	Dahot und Memon (1985)	TEI (1995)
Ölsäure	C18: 1	72,9	76,5	67,3	67,7
Behensäure	C22: 0	7.3	4.6	5.6	7.4
Palmitinsäure	C16: 0	5.9	6.7	3.5	6.9
Stearinsäure	C18: 0	5.1	4.3	8.3	8.3
Arachinsäure	C20: 0	3.6	2.7	2.7	4.7
Palmitoleinsäure	C16: 1	1.1	-	-	1.1
Linolsäure	C18: 2	0,6	0.7	3.5	0,4
Linolensäure	C18: 3	0.1	-	-	-
Eicosensäure	C20: 1	2.3	-	-	2.6
Lignocerinsäure	C24: 0	1.0	1.1	3.2	0,4

Quelle: <http://www.le.ac.uk/engineering/staff/>

Behen-Öl enthält laut der Analyseergebnissen des "Natural Resources Institute" (NRI) auch ca. 0,1 Prozent Myristinsäure.

Neben den wichtigen Fettsäuren enthält Moringaöl auch noch viele Mineralien und grosse Mengen an Antioxidantien.

Unter ihren Metabolite, auch Umwandlungsprodukten genannt, befinden sich auch Hormone, die physiologische Prozesse steuern. Hormonelle Wirkungen hängen ganz spezifisch von den Strukturen der Fettsäuren ab und auch teilweise untereinander konkurrieren. Deshalb ist eine ausgewogene Aufnahme verschiedener Fettsäuren entscheidend.

Unzureichend zugeführte essenzielle Fettsäuren können nicht nur Problemen im Herz-Kreislauf-Bereich führen, sondern auch zu Hautveränderungen, wie Schuppenflechte, entzündlichen Prozessen und Atopie.

Behensäure

Die Behensäure, eine lange gesättigte Fettsäure kommt nur in dem Behenöl der Moringas in grossen Mengen vor. Sonst findet man in anderen Pflanzenölen nur minimalste Konzentrationen. Sie gilt als hautschützend.

Ölsäure

Die Ölsäure (C18:1) ist eine ω -9-Fettsäure und ist in vielen Pflanzenölen, wie dem Olivenöl, weit verbreitet. Das Fettsäurespektrum des Behenöls enthält zwischen 65-70 % Ölsäure. Als einfach ungesättigte Fettsäure verdrängt die Ölsäure einen Teil der gesättigten Fettsäuren und gilt als Penetrationsverstärker für Wirkstoffe.

Wie die **Palmitoleinsäure**, die auch einfach ungesättigt ist, lässt sie sich besser auf der Haut verteilen.

Palmitinsäure

Sie gilt als Barriere für die Haut, um zusammen mit Ceramiden und Cholesterin die Haut vor äusserlichen Einflüssen zu schützen. Sie ist eine gesättigte Fettsäure und ist daher oxidationsstabil, das heisst, sie wird nicht ranzig.

Linolsäure

Die **Linolsäure (C18:2)** ist eine ω -6 Fettsäure. Erhöhte Blutfett (Lipid) Spiegel sollen durch die zweifach ungesättigte Linolsäure, aber auch durch die dreifach ungesättigte **Linolensäure**, gesenkt werden.

Bis zu heutigen Tag konnte der Mechanismus diesen Effektes nicht vollständig aufgeklärt werden.

Die **Alpha-Linolsäure**, als dreifach ungesättigte Fettsäure (ω -3 Fettsäure), leistet sie auch einen entscheidenden Beitrag im Hormonhaushalt, Herz/Kreislaufsystem, Immunsystem, Atmung, Fortpflanzung & Nerven.

Arachinsäure (C20:0) ist eine gesättigte Fettsäure und wird auch **n-Eicosansäure** genannt.

Arachinsäure kommt in verschiedenen Pflanzenölen vor. In Sonnenblumenöl zu ca. 1 %, in Erdnussöl zu ca. 1%, in Sojaöl zu 2 %, sowie in Rapsöl. Einen besonders hohen Anteil an Arachinsäure findet man mit ca. 4-5% im Behenöl.

Stearinsäure (C18:0) ist, wie die Palmitinsäure, eine Komponente des Stratum corneums (Hornhaut).

Die Triglyceride noch **längerer gesättigter Fettsäuren** wie Arachinsäure (C20:0), Behensäure (C22:0) und Lignocerinsäure (C24:0) wirken hautschützend. Sie kommen aber leider in Pflanzenölen, bis auf das Behenöl, nur in sehr kleinen Konzentrationen vor.

Mehr information über Fettsäuren unter:

<http://www.gesundheits-lexikon.com/Mikronaehrstoffmedizin-Prävention-und-Therapie-mit-Mikronaehrstoffen-Vitalstoffen-/Stillzeit/Essentielle-Fettsaeuren.html>

Wissenswertes über Omega-n-Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren

Diese Fettsäuren sind essentiell, das heißt, sie können vom Körper nicht selbst hergestellt werden.

Der menschliche Körper im Erwachsenenalter wandelt Omega-3-Fettsäuren, vor allem die alfa-Linolensäure pflanzlicher Herkunft, teilweise in Eicosapentaensäure (EPA) und aus EPA kann wieder Docosahexaensäure (DHA) und Eicosaniden synthetisiert werden. Dieses wiederum haben einen positiven Einfluss auf den Schutz der Herz- & Kreislauffunktionen, die Blutgerinnung.

Eine besondere Bedeutung von EPA ist die Förderung positiver Emotionen und sie haben positiven Einfluss auf die Angstminderung, Depressionen und Symptomen der Schizophrenie.

DHA kann die Gehirnentwicklung und Netzhaut unterstützen und wirkt zudem kontrollierend auf Entzündungen und Allergien.

DHA kontrolliert ebenfalls die übermäßige Aufnahme von Omega-6-Fettsäuren

Omega-6-Fettsäuren

Linolsäure

Linolsäure, ist die Vorstufe anderer Fettsäuren vom Körper, die in der Leber synthetisiert werden und die auf das Nervensystem wirken und bei der Regulierung des Hormonhaushalts helfen.

Omega-9-Fettsäuren

Beispiel:Ölsäure: Sie spielt als einfach ungesättigte Fettsäure eine besonders wichtige Rolle bei der Regulierung des Cholesterin- und Fetthaushalts im Körper.

- Fördert die Erhöhung des guten Cholesterins (HDL) und senkt das schlechte Cholesterin (LDL), das ein geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Krankheit impliziert.
- Schützt die Membranen der roten Blutkörperchen (Erythrozyten).
- Senkt den Bluthochdruck (diastolischen und systolischen).

Was sind die Folgen einer fehlenden Zufuhr von essentiellen Fettsäuren??

Folgende Mängel können bei anhaltender Unterversorgung auftreten:

- ein Schwächen des Immunsystems
- erhöhte Anfälligkeit auf Infektionen
- eine verzögerte oder unvollständige Wundheilung
- Störungen der Herzfunktionen (Herzrhythmus)
- Erhöhung des Krebsrisikos

- Beeinträchtigung der Nierenfunktionen
- Fehlfunktionen roter Blutkörperchen
- Veränderung der Haut, wie Rissigkeit, Schuppen, Verdickungen
- Gesteigerter Haarausfall
- Gesteigerter Bluthochdruck
- Störungen im Fettstoffwechsel
- Verstärktes Auftreten von Thrombosen & Atherosklerose
- Schmerzen im Gelenk und Muskelbereich
- Störung der Blutgerinnungsfaktoren
- Beeinträchtigung der Funktionen der Leber
- Auftreten von Konzentrationsbeeinträchtigung und Ermüden
- Beeinträchtigung der Sehkraft
- Verstärkung von Allergien

Augewählte Begleitstoffe des Behenöls:

Vitamine:

Die größte Rolle spielt Vitamin E, das im Behenöl als natürliches Antioxidans vertreten ist. Der hohe **Gesamtvitamin E Gehalt** (alpha, gamma, and delta Tocopherole) im Behenöl ist im Vergleich zu anderen Pflanzenöle herauszuheben und die Werte bewegen sich bei alpha Tocopherole um die 123.50-161.30 mg/kg, bei gamma Tocopherole um die 84.07-104.00 mg/kg und bei delta Tocopherole um die 41.00-56.00 mg/kg.

Carotin, das pro-Vitamin A. Dadurch bekommt das Öl die goldgelbene Farbe. Die carotinhaltigen Öle werden, wie Vitamin A, zur Regeneration eingesetzt.

Flavonoide, die zu der Gruppe der Polyphenole gezählt werden, haben antioxidative Wirkung.

Isoflavonoide, auch als Phytohormone bezeichnet, sind, wie die Flavonoide in vielen Pflanzenölen, wie Behenöl und dem Leinsamenöl, enthalten.

Mineralstoffe in Behenöl:

Vor allem die Mineralstoffe, wie Kalzium, Magnesium, Eisen und Kalium sind als wichtige Begleitstoffe des Behenöls hervorzuheben.

Technische Daten von Behenöl

Dichte:	0.901-0.92mg/ml bei 24°C)
Brechungsindex:	1046 (nD 40°C)
Iodzahl:	70,0 (g von 1/100l Öl)
Verseifungszahl:	185
Unverseifbare:	0,9 (in %)
Säurezahl:	0,48 (in % als Ölsäure) bzw 3,3mg/g
Peroxidzahl	1,3 (meq O2/kg Fat)

Siedepunkt:	200 °C
--------------------	--------

Alle Wertangaben sind Mittelwerte.

Nutzung / Anwendung

Behenöl wird mittlerweile immer mehr verwendet. Durch seine extreme hohe Stabilität und auch durch die Fähigkeit Duftstoffe fixieren zu können, ist es auch ideal in der kosmetischen Anwendung. Es wird vor allem in Cremes, Lotionen, Seifen, Shampoos etc verwendet. Vor allem schützt es auch vor trockner Haut, bei Hautentzündungen und Ausschlägen.

Viele gebrauchen es auch und schwören auf das Behenöl gegen Altersflecken und andere Alterserscheinungen der Haut.

Man sollte dabei aber nicht seinen kulinarischen Wert und seine ausserordentlich wichtigen ernährungsphysiologischen Bestandteile vergessen.

Es gilt als anitoxidativ, desinfizierend, pilz- und bakterienhemmend, feuchtigkeitsspendend, durchblutungsfördernd, zellverjüngernd und abwehrstärkend.

Behenöl, ein in Vergessenheit geratenes Öl der Antike erlebt auf Grund seiner Inhaltstoffe und Zusammensetzung eine Renaissance.

Seine altbewährten Wirkungen wie:

Anitoxidativ

Desinfizierend

pilz- und bakterienhemmend

feuchtigkeitsspendend,

durchblutungsfördernd

zellverjüngernd und abwehrstärkend.....

sprechen für sich.