



MCT-Öl auf Kokosbasis geschmacksneutral

MCT-Öl enthält die mittelkettigen, gesättigten Fettsäuren Caprylsäure (C8) und Caprinsäure (C10) aus natürlichem Kokosöl im Verhältnis 60:40. Im Gegensatz zu den langkettigen LCT-Fetten, die in üblichen anderen Pflanzenölen sowie Butter und Margarine enthalten sind, benötigen MCT-Fette einen viel geringeren Verdauungsaufwand, lagern sich nicht im Fettgewebe ab und werden vom Körper schnell in Energie umgewandelt. MCT-Öl ist geschmacksneutral, enthält keine Kohlenhydrate und eignet sich deshalb bestens im Rahmen einer ketogenen, also kohlenhydratarmen Ernährung. Sehr zu empfehlen als Speiseöl in der kalten Küche, für Salate, Shakes, Smoothies oder auch für trendige Bulletproof-Coffees. Da die wertvollen Fettsäuren wenig hitzebeständig sind, bitte MCT-Öl nicht zum Braten und Backen verwenden.

Zutaten: MCT-Öl (Mittelkettige Triglyceride) auf Kokosbasis.

| Durchschnittliche Nährwerte | pro 100 ml |
|------------------------------------|--------------------|
| Brennwert | 3489 kJ / 849 kcal |
| Fett | 94 g |
| davon | |
| - gesättigte Fettsäuren | 94 g |
| - einfach ungesättigte Fettsäuren | 0 g |
| - mehrfach ungesättigte Fettsäuren | 0 g |
| Kohlenhydrate | 0 g |
| Eiweiß | 0 g |
| Salz | 0 g |

Verzehrempfehlung: Beginnen Sie mit 1 Teelöffel täglich und steigern Sie die Menge langsam auf max. 1-2 Esslöffel täglich. Von der Aufnahme größerer Mengen in den ersten Tagen raten wir ab, da MCT-Öl bei empfindlichen Personen Durchfall auslösen kann.

Bitte gut verschlossen, dunkel und kühl aufbewahren.
Nicht über 120 °C erhitzen.

Inhalt 500 ml

Art.-Nr.: 680

Eti0820