

# Mindesthaltbarkeiten die man ignorieren kann

Beitrag von „Waldschrat“ vom 27. Juli 2011, 22:08

Zitat von Cassandra;76512

Palmfett - ist das nicht dieses Palmin?

Hallo Cassandra,

Palmfett (eigentlich Palmöl) wird aus den Früchten der Ölpalme gewonnen und besteht hauptsächlich aus der gesättigten Palmitinsäure und der einfach ungesättigten Ölsäure. Kein sehr gesundes Fett.

Palmin (Handelsmarke) ist ein durch industrielle Verarbeitung (Härtung, Hydrierung) aus Palmöl gewonnenes Produkt. Hier werden dann die letzten C=C Doppelbindungen entfernt und aus dem Palmöl werden die bekannten weissen Blöcke, die man in die Friteuse bröckelt, weil ungesättigte Fettsäuren nicht als Frittierfette taugen. Noch ungesünder.

Zitat von Cassandra;76512

Hast Du eine konkrete Markenempfehlung für mich, für welches Öl Du Dich für Vorratzzwecke entschieden hast?

Wie teqneec schon schrieb: Rapsöl ist eine gute Idee. Zudem preiswert.

Zitat von Cassandra;76512

In der Metro habe ich einen kleinen Blechkanister von Livio gesehen. Weiss nicht mehr welches Öl das war. Und es könnte sein, dass ein Plastikverschluss dran war. Bin nicht sicher. Meinst Du das wär ggf. eine Alternative? Vielleicht ist ja unter dem Plastikverschluss noch eine metallene Lasche. Das könnte ich noch mal prüfen vor Ort!

Als Verpackung ist Blech eine ebensogute Wahl wie Glas. Was im Livio (auch eine Handelsmarke) drin ist, muss auf der Verpackung deklariert sein. Ich weiss es momentan nicht.

Grundsätzlich sollte man angebrochene Ölpackungen innerhalb einiger Wochen aufbrauchen. Das entnommenen Öl wird durch Luft und damit auch Sauerstoff ersetzt, der das Ranzigwerden fördert. Wie gesagt, lieber einige kleine Gebinde kaufen.

Viele Grüsse

Matthias