

---

Subject: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 01 Oct 2015 20:50:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ist das hier noch preislich zu toppen?

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/borrettschoel-bio-100-ml-aleavedis-naturprodukte-gmbh-pzn-10757477.html>

Es sollte halt BIO sein und 100 ml..

---

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?

Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Oct 2015 20:53:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 01 October 2015 23:50Ist das hier noch preislich zu toppen?

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/borrettschoel-bio-100-ml-aleavedis-naturprodukte-gmbh-pzn-10757477.html>

Es sollte halt BIO sein und 100 ml..

<http://www.dragonspice.de/borrettschoel-kaltgepresst-100ml.html>

---

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 01 Oct 2015 21:09:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[pilos](#) schrieb am Thu, 01 October 2015 22:53Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 01 October 2015 23:50Ist das hier noch preislich zu toppen?

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/borrettschoel-bio-100-ml-aleavedis-naturprodukte-gmbh-pzn-10757477.html>

Es sollte halt BIO sein und 100 ml..

<http://www.dragonspice.de/borrettschoel-kaltgepresst-100ml.html>

Danke!

---

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 01 Oct 2015 22:31:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich möchte von jedem Öl jeden Tag 1 Teelöffel konsumieren:  
Rizinusöl  
Borretschöl  
Leinöl

Ich hab mir ausgerechnet, dass das in etwa 120 ml /Monat sind + 25 ml für topische Anwendung. Also insgesamt ca. 150 ml im Monat.

Da wäre ja 1 Liter viel billiger. Jedoch habe ich Bedenken wegen der Haltbarkeit. Eine geöffnete Flasche würde ja dann 6,5 Monate reichen. Ob das in der Zeit nicht oxidiert? Sind raffinierte Öle länger geöffnet haltbar?  
Was meist Du, Pilos?

---

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?  
Posted by [pilos](#) on Fri, 02 Oct 2015 13:36:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 02 October 2015 01:31 Ich möchte von jedem Öl jeden Tag 1 Teelöffel konsumieren:  
Rizinusöl  
Borretschöl  
Leinöl

Ich hab mir ausgerechnet, dass das in etwa 120 ml /Monat sind + 25 ml für topische Anwendung. Also insgesamt ca. 150 ml im Monat.

Da wäre ja 1 Liter viel billiger. Jedoch habe ich Bedenken wegen der Haltbarkeit. Eine geöffnete Flasche würde ja dann 6,5 Monate reichen. Ob das in der Zeit nicht oxidiert? Sind raffinierte Öle länger geöffnet haltbar?  
Was meist Du, Pilos?

leinöl sollten schon 10 ml sein

also nimmst du eine 250ml flasche im monat, das zeug gibt es ja eben so gut wie nur als 250 ml damit es schnell verbraucht wird

raffinierte öle sind immer länger haltbar, deshalb raffiniert man sie ja und nicht auch spaß, den raffination ist teuer

wäre viel billiger alles einfach so lassen..wird nur schwups ranzig

aber es geistern immer verschwörungstheorien wegen der raffination...immer die naturbelassene hysterie..welche im endeffekt schädlicher ist

ein nicht raffiniertes öl ist nach paar monate sogar schädlich durch die oxidation nicht nur des öls sondern der begleitstoffe

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 02 Oct 2015 15:41:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: wäre viel billiger alles einfach so lassen..wird nur schwups ranzig  
Wie meinst Du das?  
Der Shop den Du mir empfohlen hast, verkauft ja nur kaltgepresste Öle.  
Hast Du auch einen Tipp, wo ich günstig raffiniertes Borretschöl kaufen kann? Und am Besten auch gleich Rizinusöl, denn das was ich immer kaufte hat auch 1 Liter. Ich denke, am besten wären 250 ml-Flaschen.  
Ich habe nämlich keinen Kühlschrank und daher Bedenken, dass es kaltgepresst zu schnell ranzig wird.  
Am Besten auch welches, was auch Vitamin E beinhaltet (damit es sich noch länger hält).

Wenn Du hier für mich noch einen Einkaufstipp hättest, wäre ich Dir sehr dankbar

PS: Du hast ja mal Leinöl topisch gegen fettige Kopfhaut empfohlen. Könnte es sein, dass die Wirkung an den Phythoöstrogenen lag? Lignane besetzen ja die Östrogenrezeptoren.  
Laut Studien soll oral eingenommene Lignane den Testosteronspiegel deutlich senken! Und weniger Testosteron geht ja auch immer mit weniger Talgproduktion einher.  
Ein anderer Wirkungsmechanismus wäre die Prostaglandin-Schiene. Durch das enthaltene Omega 3 könnte vermehrt entzündungshemmendes PGE1 produziert worden sein, was möglicherweise auch der Talgproduktion entgegenwirkt.  
Aber dann müssten alle anderen Omega 3-Öle auch helfen. Tun sie das?

Topisch bin ich noch am überlegen wie ich die Fettsäuren am besten verteilen soll.  
Rizinusöl, Borretschöl, Leinöl und DMSO ... alles zu je 1/4?

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?  
Posted by [pilos](#) on Fri, 02 Oct 2015 16:17:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

auf das mindesthaltbarkeitsdatum achten, dann braucht man sich keine gedanken darüber

machen

---

Subject: Aw: Welches BIO-Borretschöl? Wo kaufen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 02 Oct 2015 17:16:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Fri, 02 October 2015 18:17

auf das Mindesthaltbarkeitsdatum achten, dann braucht man sich keine Gedanken darüber machen

So einfach ist das leider nicht.  
Sobald es geöffnet ist, hält es sich nicht mehr lange. Vitamin E kann die Haltbarkeit erhöhen.