*Rapsöl, nun plötzlich erkennt man seine zahlreichen Vorteile für die Gesundheit und seinen Wert in der Küche?*

Dr. Strangmann: Der Wert der einfach ungesättigten Fettsäuren für die menschliche Gesundheit wurde viele Jahre unterschätzt, oder andersherum gesagt: Die Risiken der früher stark betonten mehrfach ungesättigten Omega-6-Fettsäuren waren lange Zeit nicht bekannt. Im Zuge der Wertschätzung der mediterranen Kost wurde deutlich, dass es außer Olivenöl auch noch ein anderes Öl gibt, das ein günstiges Verhältnis von einfach zu mehrfach gesättigten Fettsäuren aufweist, nämlich das Rapsöl. Es eignet sich daher ideal zur Prophylaxe und Therapie z.B. von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Behandlung dieser Erkrankungen hat im Reha-Zentrum Oldenburg einen hohen Stellenwert, da wir eine Klinik für Anschlussheilbehandlungen bei Herz-Kreislauf- und neurologischen Erkrankungen sind.

*Rapsöl ist nicht gleich Rapsöl. Sie verwenden in der Klinik „Albaöl", ein Rapsölerzeugnis, das in Schweden entwickelt wurde. Was ist das Besondere an diesem „Albaöl", speziell für die Klinikküche?*

Albaöl ist eine hitzebeständige Rapsölzubereitung mit feinem Buttergeschmack. So ist es universell verwendbar, nicht nur in der Klinikküche.

*Ist die Verwendung dieses speziellen Öls wirtschaftlich, zumal Sie es für so viele Rezepturen einsetzen?*

Albaöl ist durch den Zusatz von Lecithin extrem ergiebig. Mittels Sprühmethode wird es in unserer Küche sparsam auf die Speisen – vorzugsweise auf gedünstetes Gemüse oder auf Teigwaren – aufgebracht. Damit erreichen wir die gewünschte Fettreduktion und haben dennoch einen feinen Buttergeschmack, den die Patienten sehr schätzen.

*Wegen seiner dünnflüssigen Konsistenz kann man das Öl ganz fein sprühen. Das heißt, es lässt sich sehr sparsam verwenden. Wie sehen dabei die Bratergebnisse aus?*

Wir braten hauptsächlich im Konvektomaten, was außer dem Fett für die Bleche keine weitere Fettzugabe erfordert. Aber die Patienten haben in unseren Lehrküchenveranstaltungen die Möglichkeit, das Braten und Backen mit Albaöl kennen zu lernen. Wir setzen es dort per Sprühmethode oder teelöffelweise ein. So werden zum Beispiel Pfannkuchen (mit einem Ei-Ersatz) in wenig Albaöl gebraten, oder es werden Plätzchen gebacken, wobei wir neben Albaöl auch die cholesterinsenkende Haferkleie einsetzen. Die Möglichkeiten der Fettreduktion sind enorm, ebenso die, Cholesterin zu sparen bzw. den erhöhten Cholesterinspiegel zu senken.

*Wie beurteilen Ihre Patienten die mit Rapsöl zubereiteten Speisen? Fällt der Buttergeschmack ins Gewicht?*

Viele unserer Patienten haben früher gerne und reichlich Butter verzehrt und für verschiedene Zubereitungsarten verwendet.

Wir informieren sie hier über die Möglichkeiten und Notwendigkeit der Fettreduktion und Fettmodifikation, und sie sind froh, dass es einen gesunden und ergiebigen Butterersatz wie Albaöl gibt. Auch wir Mitarbeiter setzen dieses Öl gerne zu Hause ein. Dass Olivenöl sehr „herzgesund" ist, wissen die meisten. Dass das Rapsöl genauso zu bewerten ist, ist vielen neu. Und dass es dieses Öl nun mit Buttergeschmack gibt, wird von den Patienten sehr begrüßt.

***Albaöl verfeinert jeden Hefeteig und ist besser geeignet als Butter. Die Calzone werden luftig und zart.*** Foto: Galbani

*Kann der Patient das Öl auch zu Hause verwenden? Wo bekommt er es zu kaufen?*

Albaöl ist in 1-Liter-Flaschen erhältlich. Leider ist es im Oldenburger Raum noch nicht für jedermann verfügbar, so dass es die Patienten nur hier im Haus erhalten können. Wir hoffen jedoch auf eine baldige Verbreitung im Handel, damit sich auch die Patienten das Öl besorgen können, die nicht gerade in Kliniknähe wohnen. Für Gastronomie und Großverbraucher ist es kein Problem, das Öl zu bekommen. Der Hersteller hat im Internet eine ausführliche Bezugsquellenliste veröffentlicht.

*Frau Dr. Strangmann, ich danke Ihnen für das Gespräch.*