Ein Bild, das Cartoon, Zeichnung, Grafiken, Darstellung enthält.

KI-generierte Inhalte können fehlerhaft sein.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kriterien** | | Butterschmalz | Kokosöl (Palmin) | Rapsöl | Sonnenblumenöl | Erdnussöl | Sojaöl |
| **Eignung/ Qualität** | | | | | | | |
| Rauchpunkt (Je höher, desto besser geeignet.) | | 205 °C | 194 -232 °C | 205°C | 209-213°C | 160-207°C | 213 °C |
| Flammpunkt (Je höher, desto besser geeignet.) | | > 250 °C | > 272 °C | 275-290°C | 316 | 290-315 °C | > 250 °C |
| Oxidationsstabilität (Je höher, desto länger haltbar.) | | 6,5 -7,5 h | 50,2 h | 5-10h | 1,5 – 2,5h | 3 – 4h | 2,2 – 5,3 h |
| **Gesundheitliche**  **Aspekte** | | | | | | | |
| Fettsäuren | gesättigt | 68 %  29 %  3 % | 91 %  7 %  2 % | 7 %  63 %  30 % | 8%  27 %  67 % | 18 %  37 %  45 % | 15 %  25 %  60 % |
| einfach ungesättigt |
| mehrfach ungesättigt |
| Jodzahl | | 30 | 5 – 13 | 97 - 126 | 118 - 144 | 83 - 107 | 114 - 138 |
| Vitamine | | E, viel A | E | E, Phytosterole | E | E, Phytosterole | E, K |
| **Ökologische**  **Aspekte** | | | | | | | |
| CO2­Emissionen  (kg CO2 pro kg Öl) | | 12,8 | 2,3 | 3,3 | 3,2 | 2,8 | 3,2 |
| Wasserverbrauch  (Liter Wasser pro Liter Öl) | | 7 770 | 4 500 | 4 300 | 6 800 | 7 530 | 4 190 |
| Flächenverbrauch  (m2 x Jahr pro Liter Öl) | | << als Pflanzen | 24 | 3,8 | 9,8 | 16,7 | 3,5 |
| Sonstiges | | Methanausstoß  Energieintensiv | Abholzung von Regenwäldern  Düngemittel  Pestizide | Pflanzenschutz-mittel | Düngemittel  Anbaupause | Düngemittel Pestizide | Brandrohdung  Herbizide  Pestizide (Glyphosat) |
| **Preis** | | 10,50 | 9,16 | 1,80 | 1,50 | 6,20 | 5,00 |