



Der Arganbaum

Botanischer Name: *Argania Spinosa* (Fam. Sapotaceae)

Herkunft: Sous-Tal, Agadir, Marokko

Der Arganbaum ist ein Dornbaum, der von seinem Wuchs her eine gewisse Ähnlichkeit mit dem Olivenbaum hat. Aus seinem ölhaltigen Samen wird durch Pressen und in manueller Verarbeitung ein seltenes und teures natives Speiseöl mit außergewöhnlichen Eigenschaften gewonnen. In seiner Heimat wird dieses Öl seit tausenden Jahren geschätzt und findet unter anderem Verwendung in der Küche, dies jedoch vorwiegend in kalter Form zum Verfeinern der Speisen (Meeresfrüchte, Fische oder Geflügel). Seine bisher lediglich vermuteten positiven Einflüsse auf die menschliche Gesundheit stellen seit einigen Jahren das Objekt zahlreicher Studien dar.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass natives Argan-Öl eine ausgewogene Zusammensetzung von Fettsäuren aufweist und eine beachtenswert hohe Menge an biologisch aktiven Substanzen enthält (Tocopherole, Beta-Carotine, Polyphenole, Terpenalkohole,...). Argan-Öl hat 80 mal mehr Antioxidanten und Radikalfänger als Olivenöl. Es regeneriert beschädigte Zellen, baut Entzündungen ab, löst Ablagerungen in Blutgefäßen, wirkt zellverjüngend, senkt den Cholesterinspiegel und hat die potentesten Krebschutzstoffe der Natur.

Zitat Dr. Peter Schleicher, Immunologe und Ganzheitsmediziner in München:

Argan-Öl ist teuer, doch es empfiehlt sich trotzdem einen Teelöffel täglich

Neben seiner aufgezeigten Verwendung in der Küche wird Argan-Öl traditionell von den Bauern bei der Behandlung von jugendlicher Akne, Windpocken und sogar Rheuma eingesetzt. Seine kosmetische Verwendung gegen trockene und alternde Haut motivierte einige Kosmetikhersteller, das Argan-Öl in manchen ihrer Produkte zu verwenden.

Das Argan-Öl, ein wahrhaft flüssiges Gold, wird in reiner Handarbeit hergestellt. Sämtliche Arbeiten, vom Auflesen der Früchte über das Zerstoßen der Nuss, dem Rösten und Zerreiben der Samen bis hin zum Kneten der teigartigen Masse, aus der letztlich das Öl gewonnen wird, werden auch heute noch ausschließlich von den Bergbauern durchgeführt. Für die Herstellung eines Liters erstklassigen Argan-Öls werden 100 Kilo Früchte und 12 Stunden Handarbeit benötigt. Zum Vergleich: bei den meisten Olivenölen werden je nach Sorte 5 – 10 Kilo Früchte verwendet.