

# Ein doppeltes Geschmackserlebnis

**Weinstadt** Wein und Speiseöl passen gut zusammen – das zeigt eine Verkostung mit dem Experten Rüdiger Weißhaar. *Von Harald Beck*

Das ist wie beim Wein, einfach experimentieren, das lohnt sich.“ Diesen Tipp hat Rüdiger Weißhaar für Öl parat – für Speiseöl, um genau zu sein. Der Lebensmittelchemiker ist nicht nur im Chemischen und Veterinär-Untersuchungsamt (CVUA) in Fellbach für Öle zuständig, er gilt sogar europaweit als ein führender Experte für die gepressten oder raffinierten Tropfen. Und der Vergleich mit dem Wein ist natürlich kein Zufall. Denn für diesen hat der Mann, der gut mit dem Strümpfelbacher Wengerter Werner Kuhnle befreundet ist, auch ein Faible.

Unter dem Motto „Wein, Öl und Kunst“ haben es die Freunde gewagt, Dinge zusammenzubringen, die sonst nicht unbedingt nebeneinanderstehen. Das Interesse an den unterschiedlichen Speiseölen, die jeweils auf einem Stück Weißbrot serviert wurden, war groß. Was wohl auch daran liegt, dass der Mann der Speiseöle durchaus einiges Interessantes zum flüssigen Pflanzenfett zu erzählen weiß.

Über das teure und mit fast magischem Ruf behaftete Arganöl etwa, das „flüssige Gold Marokkos“. Gewonnen wird es aus den Samen der ausschließlich in Marokko wachsenden Arganfrüchte. Diese werden gerne von Ziegen gefressen, die dann die Samen unverdaut wieder ausscheiden. Einst haben die Marokkaner die vorverdauten Samen gesammelt, getrocknet und

ausgequetscht. „Heute wird Arganöl kaum mehr auf diese traditionelle Weise gewonnen, der Geschmack hat sich deshalb auch deutlich verbessert“, sagt Weißhaar. Was die angeblich so positive Wirkung des Öls auf die Gesundheit angeht, ist der Fachmann eher skeptisch. „Man hat bisher keine Inhaltsstoffe nachgewiesen, die dafür verantwortlich sein könnten.“

Wichtige Inhaltsstoffe in den Speiseölen sind zum Beispiel die ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Leinöl etwa enthält laut Weißhaar den mit Abstand höchsten Anteil der für Menschen essenziellen Linsäure. Allerdings ist das Leinöl auch das einzige Öl, das nach dem Öffnen in den Kühlschrank gehört, weil es schnell ranzig und bitter werden kann.

**„Weinfreunde haben ein Gespür für verschiedene Aromen – auch bei Ölen.“**

Rüdiger Weißhaar lobt das Publikum der Doppelprobe

Ganz wichtig sei der Grundsatz, „das richtige Öl für den richtigen Zweck“ zu verwenden, sagt Weißhaar – und das richtige für den eigenen Geschmack. Hier verfügten die Olivenöle über die größte geschmackliche Vielfalt, sie enthielten aber nur wenig wichtige Fettsäuren. Die asiatische Küche wiederum habe ihre eigenen Öle. Und für den Kartoffelsalat dürfe es auch durchaus ein industriell hergestelltes, raffiniertes Öl sein. Die nicht raffinierten, gepressten Öle andererseits hätten den deutlich ausgeprägteren Eigengeschmack. Etwa das intensiv aromatische Kürbiskern- oder das Walnussöl oder das für den Wok bestens ge-



Rüdiger Weißhaar ist einer von ganz wenigen Experten für Speiseöle. Foto: dpa

eignete Sesamöl. Raffiniertes Rapsöl mit vielen ungesättigten Fettsäuren, Vitamin E und antioxidativen Substanzen sei hingegen ein hervorragendes neutrales Allround-Öl für die kalte und die warme Küche. Sonnenblumenöl eigne sich gut zum Frittieren und Braten.

Wein und Öl, das passt als Veranstaltung durchaus zusammen, meint Rüdiger Weißhaar nach dem Strümpfelbacher Doppelproben-Experiment, bei dem als drittes Element Nuss'sche Kunstwerke zu bestaunen waren: „Weinfreunde haben ein Gespür für verschiedene Aromen und sind offen für Geschmackserlebnisse – auch bei Ölen.“ Und im Übrigen hat ja inzwischen das eine oder andere Weingut Traubenkernöl im Angebot. Ach ja, und die finale Verbindung zwischen Wein und Öl, die hat Wengerter Kuhnle dann auf rein sprachlicher Basis gefunden. Nicht umsonst heiße es bei den ganz besonders schönen Tropfen: „Der läuft na wie Öl.“