

Arganolie: vloeibaar goud uit Marokko

Jon Visbeen

In de zucht naar gezondheid en verzorging duiken steeds vaker nieuwe namen van planten- en boomsoorten op. Tot voor enkele jaren had nog niemand in de westerse wereld van de arganboom gehoord. Nu is de olie, die uit de argannoten wordt gehaald, plotseling een tovermiddel in de medische, cosmetische en voedingswereld. Vloeibaar goud uit Marokko!

Arganolie is een plantaardige olie die wordt gewonnen uit pitten van vruchten die aan de arganboom, *Argania spinosa*, groeien. De arganboom wordt ruim voor het begin van de jaartelling al genoemd en de olie ervan wordt een gezondheidsbevorderende werking toegedicht. De Amazighstammen, die sinds mensenheugenis arganolie maken, noemen hem niet voor niets 'boom der schoonheid'.



Bedreigd

Het heeft overigens niet veel gescheeld of de arganboom was van de aarde verdwenen. Hij groeit met een diep wortstelsysteem aan de randen van de woestijnen in Marokko en een deel van Algerije. De woestijn rukt echter steeds verder op en bedreigt deze bijzondere boomsoort. Tegenwoordig worden de circa twintig miljoen arganbomen, die nog bestaan, beschermd door de lokale bevolking. Die is weliswaar arm, maar heeft een

bijna mytisch ontzag voor de boom. Arganolie is een zeer zeldzame plantaardige olie geworden.

In de westerse wereld vind je toepassingen van arganolie in de voedingssector en in de cosmetica. Traditioneel wordt het gebruikt voor de verzorging van nagels, huid en haar. Arganolie bevat stoffen die de vloeibaarheid en de structuur van de lichaamscellen beschermen en die voorkomen dat de huid uitdroogt.

Delicate smaak

Arganolie wordt ook gebruikt om te koken. Het heeft een delicate smaak en een zoet aroma. Dit maakt het tot een van de meest uitgebalanceerde producten die je aan je eventuele dieet kunt toevoegen. De olie wapent het lichaam tegen infecties en hart- en vaatziekten. Recent onderzoek heeft aangetoond dat consumptie van arganolie helpt de cholesterol in het lichaam te verlagen. Het toevoegen van arganolie maakt gerechten gezond en lekker en zorgt ervoor dat je alle noodzakelijke voedingsstoffen binnenkrijgt.

Daarnaast is arganolie een huidherstelproduct en versterkt het de immuunfuncties. Bovendien is het rijk aan prostaglandinen en wordt het derhalve voorgeschreven aan patiënten met hart- en vaatziekten en reumatische aandoeningen.

De waarde van arganolie kan – samengevat - niet worden onderschat. Zeker niet met het oog op de huidverzorgingsmogelijkheden, de reparatie van dna, de versterking van het immuunsysteem en de bescherming van de huid. Het product is verkrijgbaar bij Marokkaanse winkels, in ecoshops, drogisterijen en in schoonheidssalons. Let wel op als je dit vloeibare goud sec wilt aanschaffen of het om pure arganolie gaat en schrik niet van de prijs. Daar staat tegenover dat je er weinig van nodig hebt en er dus lang mee doet.