
Dane aktualne na dzień: 04-03-2026 09:49

Link do produktu: <https://frutafresca.pl/fioletowy-batat-hiszpania-p-75.html>



Fioletowy batat - Hiszpania

Cena **33,00 zł**

Certyfikat ECO



CERTYFIKAT ROLNICTWA
EKOLOGICZNEGO

Kraj pochodzenia



Opis produktu

Batát fioletowy BIO (słodki ziemniak) – Hiszpania 🇵🇸🇵🇸🇵🇸🇵🇸

Batát fioletowy BIO to wyjątkowa odmiana batata, czyli **słodkiego ziemniaka**, która wyróżnia się intensywnie purpurowym miąższem i delikatnie słodkim, lekko orzechowym smakiem. Nasze **bataty ekologiczne z Hiszpanii** pochodzą z organicznej uprawy, dzięki czemu są świetnym wyborem dla osób, które szukają warzyw wysokiej jakości, świeżych i bez zbędnej chemii. To idealny produkt, jeśli chcesz urozmaicić codzienne gotowanie i postawić na zdrowy zamiennik klasycznych ziemniaków.

Największą cechą, która wyróżnia **batata fioletowego** na tle innych batatów, jest jego naturalny kolor. Intensywny fiolet to efekt obecności **antocyjanów**, czyli roślinnych barwników, które są cenione w diecie za swoje właściwości. W porównaniu do pomarańczowych batatów, fioletowa odmiana często ma bardziej „wytrawny” smak i świetnie sprawdza się zarówno w daniach na słono, jak i w nowoczesnych przepisach typu fit.

Batát fioletowy jest sycący i bogaty w **błonnik**, dlatego wspiera trawienie i daje uczucie pełności na dłużej. To również świetne źródło energii, ponieważ zawiera naturalne węglowodany, dzięki czemu idealnie pasuje do diety aktywnej, sportowej i roślinnej. W porównaniu do zwykłych ziemniaków batat ma bardziej charakterystyczny smak, ciekawszą konsystencję i jest znacznie bardziej efektowny na talerzu – zwłaszcza po upieczeniu.

Jeśli zastanawiasz się, **jak przygotować bataty fioletowe**, najlepszy efekt daje pieczenie – miąższ robi się miękki, kremowy i aromatyczny. Batát fioletowy BIO świetnie sprawdza się jako puree, frytki, pieczone łódeczki, dodatek do sałatek, bowl'i i dań obiadowych. To warzywo, które nie tylko smakuje inaczej niż klasyczne ziemniaki, ale też wygląda wyjątkowo i pasuje do kuchni premium.

Pochodzenie

Hiszpania, Region Walencji



Przechowywanie

Suche, chłodne miejsce z brakiem dostępu do światła.
Zalecany ograniczony dostęp powietrza