

Produktinfo

Datteln

Die Dattelpalme findet ihren Ursprung im Persischen Golf. In den trockenen und heißen Ländern im arabischen Raum sind Datteln seit Jahrtausenden von Jahren ein wichtiges Grundnahrungsmittel und gelten als eine hervorragende Energiequelle. Sie haben einen hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalt, sind leicht verdaulich und enthalten einen hohen Kaloriengehalt aber nur sehr wenig Fett.

Auch in Europa gewinnen sie durch ihre vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten immer mehr Anhänger. Hierzulande werden sie als gesunde Nascherei, als Süßungsmittel beim Kochen oder in Smoothies verwendet. Die Dattelsaison beginnt im Winter von September bis Januar und wird deswegen auch gerne beim Backen in der weihnachtlichen Zeit verwendet.

Für eine optimale Lagerung, sollten die Datteln im Kühlschrank aufbewahrt werden.

