

Healthy life Therme Meran



Büffelmozzarella 250g mit Variation von Tomaten und Basilikumöl

(G)

15

Ein ausgewogenes Gericht aus Proteinen und Fetten, mit niedrigem glykämischen Index und gleichzeitig energiereich.

Büffelmozzarella: hohe Dichte an hochwertigen Proteinen und gesättigten Fetten. Im Vergleich zu Kuhmilchmozzarella enthält Büffelmozzarella mehr Calcium und Phosphor, ist jedoch auch kalorienreicher.

Tomaten: Hauptquelle für Lycopin (starkes Antioxidans für Herz und Haut), Kalium und Vitamin C.

Aromatik: Frische Kräuter verleihen dem Gericht eine zusätzliche, leicht balsamische Note.

Olivenöl & Basilikum: natives Olivenöl extra liefert Ölsäure und Polyphenole und unterstützt die Aufnahme fettlöslicher Vitamine aus der Tomate.

Healthy life Therme Meran in der Küche

Unsere Gesundheitslinie hat ein Menü entwickelt, das sich an alle richtet, die neben dem Genuss besonderen Wert auf gesunde Ernährung legen. Die Gerichte stammen aus der kreativen Hand unseres Küchenchefs Stefano Cecco, begleitet von der fachlichen Beratung unserer Diätologin Paola Vettorelli und vom medizinischen Team der Therme Meran geprüft.

Die angebotenen Speisen basieren auf grundlegenden Prinzipien wie Ernährungssicherheit und -nachhaltigkeit, der Qualität der Rohstoffe, schonender Zubereitung und ausgewogener Nährstoffverteilung für ein leichtes, aber genussvolles Mittagessen.

