

Linea salute di Terme Merano



THERME
MERAN
TERME
MERANO

**Zucca al forno
e radicchio alla griglia (A,G)**
con scamorza grigliata

13 Combinando questi tre ingredienti si ottiene un piatto che è equilibrato, nutriente, variegato. Il piatto unisce una consistenza morbida a quella croccante e un insieme di sapori gustosi ed appaganti.

Zucca: ricca in vit. A C e potassio, è un alimento a basso contenuto calorico e ricco in fibre che favoriscono il senso di sazietà e la regolarità intestinale.

Radicchio: è un ortaggio a foglia che contiene vit. del gruppo B , C e K e sali minerali come ferro, calcio e potassio. Tra le sue proprietà spiccano il potere antiossidante e la presenza di inulina, fibra prebiotica per la salute della flora intestinale.

Scamorza: formaggio a pasta filata, buona fonte di proteine e calcio, essenziali per la salute delle ossa e dei muscoli.

Linea salute di Terme Merano in cucina

La nostra Linea salute ha elaborato un menu pensato per chi, oltre al gusto, è particolarmente attento alla salute. Questi piatti nascono dalle invenzioni del nostro chef Stefano Cecco e dalla consulenza della nostra dietista Paola Vettorelli ed approvati dal team medical di Terme Merano.

I piatti proposti rispecchiano alcuni principi base, come la sostenibilità alimentare, la qualità delle materie prime, le tecniche di elaborazione del prodotto ed il bilanciamento nutrizionale, che garantiranno il giusto apporto dei nutrienti, per un pranzo leggero ma di gusto.

