

Linea salute di Terme Merano



THERME
MERAN
TERME
MERANO

Cavolfiore arrosto, mandorle in doppia consistenza, limone ed erbe.

(H)
13,50

Questo piatto è un eccellente esempio di cucina vegetale moderna.

Equilibrio gustativo: unisce la dolcezza nocciolata del cavolfiore arrostito all'acidità del limone, con la nota amarognola e tostata delle mandorle.

Gioco di consistenze: tra la morbidezza del cavolfiore e la "doppia consistenza" delle mandorle.

Aromaticità: le erbe fresche elevano il piatto aggiungendo note balsamiche.

Ipocalorico e saziante: il cavolfiore ha un basso indice glicemico ed è ricco di fibre che favoriscono il senso di sazietà.

Grassi buoni: le mandorle apportano grassi monoinsaturi, vit. E e proteine vegetali.

Antiossidanti e vitamine: il cavolfiore è ricco in vitamina C, che viene potenziata dal limone, che favorisce anche l'assorbimento del ferro presente nelle erbe.

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.

