

Linea salute di Terme Merano



THERME
MERAN
TERME
MERANO

Melanzana arrosto (F,H) 13
con formaggio di mandorla,
pomodorini confit, fagioli edamame
e fichi

Questo piatto è un'esplosione di sapori, con un'ottima consistenza, leggero e ricco di gusto:

Melanzane: Ricche di acqua e antiossidanti (antocianine)

Pomodorini: Buona fonte di antiossidanti (licopene)

Formaggio alle mandorle: Essendo a base di mandorle apporta proteine vegetali, vitamine, calcio, magnesio e potassio. Privo di colesterolo

Fagioli edamame: Legumi ricchi in proteine vegetali complete, fibre e vitamine (K-B9-C), ferro, calcio, fosforo, magnesio e potassio. Isoflavonoidi con potenziali benefici per la salute ossea

Fichi: Contengono zuccheri naturali e fibra (sia solubile che insolubile) utili per l'intestino.

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.

