

Linea salute di Terme Merano



THERME
MERAN
TERME
MERANO

Vellutata di zucca (A,G)

con ricotta al timo, gocce di
miele e crostini all'olio

10,5 **Piatto nutriente, con un buon equilibrio tra carboidrati, proteine, grassi, vitamine e fibre.**

Zucca: vi ritroviamo vitamine del gruppo A, del gruppo B, sali minerali come potassio e magnesio, fibre e acqua e dal sapore delicato

Ricotta: aggiunge cremosità e sostanza alla vellutata, fonte di proteine ad alto valore biologico e calcio.

Timo: contribuisce con antiossidanti e proprietà aromatiche e digestive.

Miele (Gocce): apporta una piccola quantità di zuccheri semplici per l'energia e una nota di dolce.

Crostini all'olio: forniscono carboidrati complessi e i grassi monoinsaturi dell'olio extra vergine di oliva con benefici per la salute cardiovascolare.

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 nutrimenti, per un pranzo leggero ma di gusto.

