

Linea salute di Terme Merano



THERME
MERAN
TERME
MERANO

**Mozzarella di bufala 250g
con variazione di pomodori e olio
di basilico**

(G)
15

Piatto bilanciato tra proteine e grassi, a basso indice glicemico ma energetico.

Mozzarella di bufala: alta densità di proteine nobili e grassi saturi. Rispetto alla vaccina, la bufala è più ricca di calcio e fosforo, ma anche più calorica.

Pomodori: fonte primaria di licopene (potente antiossidante del cuore e della pelle), potassio e vitamina C.

Olio e basilico: l'olio EVO apporta acido oleico e polifenoli, facilitando l'assorbimento delle vitamine liposolubili del pomodoro.

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.

