



Nowe dania w Menu Wegańskim restauracji Manor House SPA

W restauracji hotelu Manor House SPA wprowadzono nowe potrawy na bazie roślinnych produktów. Wszystkie dania z tej karty otrzymały znak jakości fundacji Viva! dla wegan i wegetarian.

Dużo mówi się ostatnio o zaletach diety roślinnej. Coraz więcej osób ogranicza jedzenie mięsa lub usuwa je ze swojego jadłospisu. „Bycie wege” to nie tylko preferencje żywieniowe, a styl życia. Wiele osób zauważa, że mięso im nie służy, nie czują po nim dobrze. Odczuwają mniejszą potrzebę jedzenia mięsnych posiłków, ich organizm domaga się zmiany jadłospisu. Według badań weganie są mniej podatni na choroby cywilizacyjne jak np. cukrzyca, alergia, brak apetytu, rak. Pamiętajmy jednak, że dieta powinna być dostosowana do wieku, stanu zdrowia, aktywności fizycznej, metabolizmu.

Dla innych kluczowa jest troska o los zwierząt. Produkcja mięsa i produktów odzwierzęcych odbywa się często w okropnych warunkach, stosowane są też środki przyspieszające wzrost zwierząt. Nie musimy się na to godzić. Ponadto zdrowsze są niehodowlane ryby, mięso pochodzące od niezestresowanych krów czy jaja od kur z wolnego wybiegu. Dieta oparta na warzywach jest także tańsza od posiłków mięsnych.

Ważkim argumentem jest ekologia. W 2019 roku rekordowo wcześnie, bo 29 lipca, był Dzień Długu Ekologicznego. Oznacza to, że już wykorzystaliśmy zasoby naturalne, które mogą się odnowić w tym roku. Nadmierna eksploatacja Ziemi przez człowieka sprawia, że pozbawiamy przyszłe pokolenia jej zasobów. Jednym ze sposobów oszczędzania zasobów naturalnych jest zmiana stylu życia, w tym przyzwyczajajeń żywieniowych. Dla zobrazowania – do uzyskania 1 kg zboża potrzeba 450 litrów wody, 1 kg mięsa wołowego - 15 000 litrów wody. Produkcja mięsa często jest źródłem jej zanieczyszczenia.

– *W Manor House SPA ofertę dla wegan mamy już od kilkunastu lat i stale ją rozwijamy. Pięć lat temu wprowadziliśmy specjalną kartę wegańską. Jej duża popularność i rosnąca grupa Gości preferujących dietę roślinną sprawiła, że włączyliśmy do Menu Wegańskiego nowe propozycje kulinarne. Wszystkie dania powstają wyłącznie z naturalnych składników pochodzenia roślinnego, produktów najwyższej jakości, na bazie ożywionej wody Grandera.* – *mówi Dorota Tokarska, Dyrektor Marketingu hotelu Manor House SPA.*

Nowe Menu Wegańskie w Manor House SPA składa się z: przystawek, zup, dań głównych, sałat i deserów. Zawiera m.in.: tatar z kaszy jaglanej i suszonych pomidorów, pasztet i smalec z cieciorzki, duszone warzywa korzeniowe, placuszki z cukinii i marchwi, krem z zielonego





Manor House

grozku z wasabi, barszcz czerwony, wegańskie spaghetti, pierogi i gołąbki, selerorybę i pęczak z grzybami. Wśród deserów warto wymienić: pieczone jabłko, smażone banany czy bezę zrobioną bez użycia jajek. Składnikiem, który to umożliwia jest aquafaba, czyli płyn z puszki ciecierzycy lub woda pozostała po jej gotowaniu.



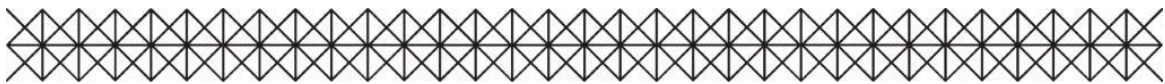
- Kuchnia roślinna jest nie tylko modna i zdrowa, ale też bardzo urozmaicona i smaczna. Można korzystać ze sprawdzonych przepisów, ale też kreatywnie tworzyć nowe. Menu Wegańskie może być wielką przygodą kulinarną. Zachęcamy do wybrania się w nią z nami i skosztowanie nowych potraw według naszych receptur. Wszystkie potrawy z karty wegańskiej, które serwujemy w

hotelowej restauracji, otrzymały znak jakości fundacji Viva! dla wegan i wegetarian. – mówi Małgorzata Figarska, kierująca Gastronomią w restauracji hotelu Manor House SPA i dodaje - Możemy też przygotować potrawy pod indywidualne potrzeby Gości, a te bywają tak różne, jak wiele jest diet wykluczeniowych.

W kompleksie Manor House SPA, który od lat jest Najlepszym Holistycznym Hotelem SPA w Polsce, zgodnie z holistyczną filozofią na organizm patrzy się całościowo. W ofercie hotelu kuchnia pełni istotną rolę. Wszystkie potrawy powstają na bazie ożywionej wody Grandera i regionalnych produktów, np. soków z lokalnego gospodarstwa sadowniczego i jaj od kur z wolnego wybiegu. Menu Wegańskie jest ważnym elementem wśród rekomendowanych propozycji dla Gości. Godna polecenia jest też autorska Dieta Życia, która łączy kilka stylów zdrowego odżywiania, w tym diety niełączenia oraz zgodnej z grupą krwi. **Manor House SPA jako hotel przyjazny weganom, nieprzerwanie od 2014 r. otrzymuje znak jakości V! nadawany przez Fundację Viva.**



Więcej na ten temat: www.manorhouse.pl



- Koniec -

Manor House SPA – tu historia łączy się z luksusem i energią

Mazowiecki kompleks pałacowo-parkowy Manor House SPA z pięciogwiazdkowym Pałacem Odrowążów i czterogwiazdkowym hotelem w zabytkowej Stajni Platara oraz Termach Zamkowych jest enklawą spokoju i dobrej energii. To jedna najstarszych rezydencji ziemiankich w Polsce. Św. Jacek Odrowąż, właściciel Chlewisk w XII w., jako jedyny Polak został wyróżniony posągiem na placu przed Katedrą św. Piotra w Rzymie. Dziś w stylowych wnętrzach można zaznać prawdziwie królewskich snów, a urzekające piękno natury i ponadczasowa elegancja arystokratycznych tradycji sprawiają, że czas tu zwalnia. Manor House SPA - hotel dla dorosłych, przyjazny weganom i alergikom - to urokliwe miejsce dla ciała, duszy i umysłu. Można skorzystać tu z energetycznych zabiegów w Gabinetach Bioodnowy w najlepszym od lat holistycznym SPA w kraju i Akademią Holistyczną Alchemia Zdrowia®, zrelaksować się w łaźniach Rzymskich oraz w pierwszym w Polsce bezchlorowym basenie z plazmatyczną wodą ożywioną metodami Grandera i dr. Keshego. Wspaniałym dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej i wegańskiej oraz autorska „Dieta Życia”. Kompleks w Chlewiskach otoczony jest zabytkowym parkiem z pomnikami przyrody z energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską® SPA. Jest to także Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.

Hotel Manor House SPA** - Pałac Odrowążów*******

www.manorhouse.pl