

Lo sapevate che...

... la **quinoa** è un alimento ipocalorico privo di glutine, utile per la salute di cuore e muscoli? La quinoa non è una gramina e non contiene glutine, è quindi un alimento adatto a chi soffre di celiachia. Ha numerosissime proprietà nutritive. È molto ricca di proteine, carboidrati e fibra alimentare. Nella sua composizione sono presenti due aminoacidi essenziali molto importanti per il buon funzionamento dell'organismo: lisina e metionina. Quest'ultimo aiuta il metabolismo dell'insulina. Contiene, infine, una buona quota di minerali e vitamine, in particolare magnesio, vitamina C e vitamina E. La quinoa è particolarmente energizzante; 100 grammi apportano circa 350 calorie.

Natur. Veda. Spa

Oggi

Ore 14.00 – 16.00
Ore 17.30 - 19.00

presso Nadia
presso Nadia

Tipp massaggio

BABOR Ampoules – THE MOISTURE TREATMENT

I fluidi BABOR offrono per la sua pelle effetti immediati e visibili. Una pelle ben idratata dona vivacità ed è la base per tutti i prodotti per la cura della pelle. Provatelo l'effetto sorprendente quando vengono incorporate fino a 5 fiale attive nella vostra pelle.
Pulizia, peeling, cura con 5 ampolle, cura finale.

ca. 40 min.

€ 69,-

Matillhof memorie

Fiore della vita - ciondolo energetico

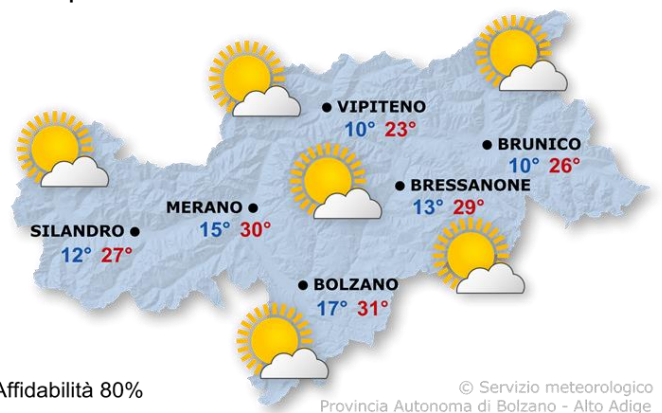
In molte religioni serve come simbolo per l'unità del corpo, dell'anima e dello spirito. Dovrebbe essere in grado di fornire un flusso di energia più armonioso.

Euro 99,00. - Euro 119,00

Sabato, 08 giugno 2019

Chi vuole conservare un amico, l'onori in presenza, lo lodi in assenza, l'aiuti nel bisogno.

Tempo



domenica	lunedì	martedì	mercoledì
22°/29°	21°/28°	21°/28°	21°/28°
9°/18°	10°/19°	11°/19°	12°/19°

Il tempo di oggi

La giornata inizierà con delle nubi basse in alcune vallate. Di seguito il tempo sarà ovunque molto soleggiato con bassa probabilità di temporali. Temperature massime tra 22° e 31°.

Suggerimento giornaliero

I giardini di Castel Trauttmansdorff a Merano

I giardini di Castel Trauttmansdorff a Merano, estesi a digradare su una superficie complessiva di 12 ettari, riuniscono in un anfiteatro naturale paesaggi esotici e mediterranei, vedute mozzafiato sugli scenari montani circostanti e su una Kurstadt Merano baciata dal sole. In più di 80 ambienti botanici prosperano e fioriscono piante da tutto il mondo. Giovani o vecchi, appassionati di botanica o gente comune: i Giardini di Castel Trauttmansdorff affascinano chiunque con l'incantevole intreccio fra natura, cultura e arte.

Orari d'apertura: ore 09.00 -19.00

Cena culinaria

Burro all' noce moscata

pane fatto in casa

Antipasti

a Vostra scelta
dal buffet

Brodo di verdure

gnocchi di semolino

Dalla nostra cucina classica

Lombo di cinghiale

crema di fagioli con timo
carote vanigliate
oppure

dalla nostra cucina leggera

Coda di rospo

salsa al pomodoro
riso allo zafferano
carote vanigliate
oppure

dalla nostra cucina vegetariana

Polpette di quinoa

crema di piselli
salsa di yoghurt

Pan di zenzero

crema al brandy
more
ribes

Buffet di formaggi

con Chutneys fatti in casa
e noci nere

Menu vitale

Burro all' noce moscata

pane fatto in casa

Antipasti

a Vostra scelta
dal buffet

Drink di mela e pesca

Polpette di quinoa

crema di piselli
salsa di yoghurt

Ananas caramellato

gelato alle nocciole

Buffet di formaggi

Raccomandazione per il vino

sentori lievi e delicati di piccoli fiori bianchi e ortica, albicocca acerba e mandorla. Si appoggia delicatamente sul palato e rilascia al gusto sensazioni di viva acidità, equilibrate da adeguata grassezza e morbidezza. Elegante nel finale di bocca

Lugana "I Frati" DOC

Cantina Ca die Frati
€ 32,00.-

Un vino che colpisce per la sua densità ed eleganza. Rosso granata radioso, rotondo e morbido al palato, speziato e morbido, con grande struttura ed eleganza.

Blauburgunder Riserva "St. Valentin" DOC 2012/2013

Cantina San Michele-Appiano
Euro 46,00.-

Vini sfusi in bicchiere

Vini bianchi dell' Alto Adige

Pinot Grigio Bolzano	0,10l	€ 6,00.-
Pinot Bianco Bolzano	0,10l	€ 6,00.-
Sauvignon Bolzano	0,10l	€ 6,00.-

Vini rosi dell' Alto Adige

Lagrein Rubeno	0,10l	€ 6,00.-
Südtiroler Merlot Riserva	0,10l	€ 6,00.-

Vini rosati dell' Alto Adige

Lagrein Kretzer	0,10l	€ 6,00.-
-----------------	-------	----------

Vini dolci dell' Alto Adige

Rosenmuskateller	0,10l	€ 6,00.-
Moscato d'arancio Veneto	0,05l	€ 7,00.-