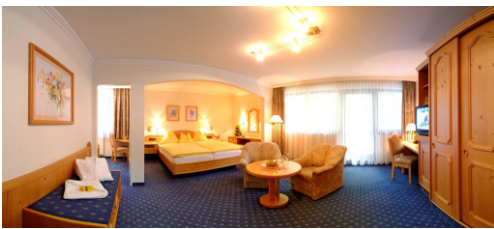


Rezept fürs Wohlbefinden im Hotel Europäischer Hof



Die Therme im Hotel Europäischer Hof

Credit: Hotel Europäischer Hof
Fotograf: Hotel Europäischer Hof



Zimmer im Hotel Europäischer Hof

Credit: Hotel Europäischer Hof
Fotograf: Hotel Europäischer Hof



Küchenchef Franz Schönegger

Credit: Hotel Europäischer Hof
Fotograf: Hotel Europäischer Hof

Bad Gastein (TP/OTS) - Im Hotel EUROPÄISCHER HOF Bad Gastein, gibt es nun passend zu den Themen Gasteiner Kur, Prävention, Regeneration und Gesundheit im Urlaub sogar eine ausgebildete Diätologin, die dort die Gäste betreut.

Eine gesunde Ernährung sorgt für ein positives Lebensgefühl. Das Bewusstsein für dieses Thema in der Öffentlichkeit ist zwar gewachsen, doch viele Menschen sind sich unsicher, was sie nun essen sollen und was nicht.

Experten-Rat

Hilfe bietet die Diätologin Margarethe Fleiss im Hotel

Europäischer Hof. Sie berät in allen Fragen rund um die Auswahl der passenden Diätkost sowie der Berechnung von Nährstoff-, Mineralstoff- und Vitamingehalt. In einem einstündigen Gespräch erfährt der Gast alles Wichtige zum Thema gesunde Kost, Abnehmen und die Auswahl der geeigneten Produkte. Die Diätologin unterstützt aber auch bei der Durchführung von Diäten, die vom Hausarzt oder Gasteiner Kurarzt verordnet wurden. Sie begleitet die Gäste nach Möglichkeit über die gesamte Diätzeit und entwickelt gemeinsam mit ihnen einen individuellen Langzeit-Speiseplan. Die Beratung erfolgt in enger Abstimmung mit dem Küchenchef des Hotels EUROPÄISCHER HOF, Franz Schönegger, der die gesunde Theorie in schmackhafte Realität verwandelt. Damit die neue Lebensweise den Urlaub im Gasteiner Tal überdauert, erhält der Gast spezielle Unterlagen für zu Hause.

Vital-Empfehlung vom Küchenchef des Hotels EUROPÄISCHER HOF Franz Schönegger:

Röllchen aus Kohlrabi mit Rucola im Tomatendressing

Zutaten für 4 Personen

500 g Kohlrabi (2 Stück)
200 g Zucchini
150 g Champignons
80 g Mozzarella
60 g Magerquark
2 Tomaten
2 EL Rotweinessig
3 EL Olivenöl
100 g Rucola
Basilikum

Zubereitung:

Den Kohlrabi waschen, von Blättern und harten holzigen Schalen befreien. Mit der Schale in dünne Scheiben schneiden und diese in kochendem Salzwasser drei Minuten kochen. Anschließend sofort in kaltem Wasser abkühlen.

Zucchini und Champignons fein hacken und in heißem Olivenöl kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Mozzarella in feine Würfel schneiden. Mozzarella, Quark und Zucchini-Champignon-Gemisch verrühren. Kohlrabi-Blätter auf ein

Küchenkrepp-Papier legen, mit der Füllung bestreichen, einrollen und gut kühlen. Für das Dressing Tomaten halbieren, das Innere mit den Kernen entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfeln schneiden. Erst Essig, dann Olivenöl einrühren und gut abschmecken.

Mit Rucola und Basilikum dekorieren.

Bild(er) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM/Original Bild Service, sowie im OTS Bildarchiv unter <http://bild.ots.at> .

Rückfragehinweis:

Hotel EUROPÄISCHER HOF
Sigrid Bader
Direktorin
Miesbichlstraße 20, 640 Bad Gastein
Tel.: +43 (0)6434 2526-256
Fax: +43 (0)6434 2526-262
<mailto:sigrid.bader@europaeischerhof.at>

Hotel EUROPÄISCHER HOF
Mag. (FH) Wolfgang Wagner
Leiter Sales & Marketing
Tel.: +43 (0)6434 2526-257
<mailto:wolfgang.wagner@europaeischerhof.at>

*** TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT ***

TPT0005 2008-02-20/14:34

201434 Feb 08

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20080220_TPT0005