



les Prés d'Eugénie

Вот уже более 40 лет всемирно признанный мэтр гастрономической французской кухни Господин Мишель Герар создает единственную в своем роде диетическую высокую кухню - Cuisine Minceur®. Её появление стало следствием фундаментальных исследований Мишеля Герара и Группы «Нестле», начало которых датируется 1976 годом. Тогда и был заложен первый камень в создании нового подхода к вопросу рационального и диетического питания, которое теперь лежит в основе всей концепции Cuisine Minceur®.

Cuisine Minceur® - это удивительное сочетание гастрономической кухни с последними инновационными разработками в области рационального питания. Диетическая, высокая кухня от Мишеля Герара направлена прежде всего на нормализацию обмена веществ и, как следствие, достаточно быструю, но постепенную потерю веса. Снижение массы тела происходит не вследствие отказа от многих продуктов питания или их строгого ограничения, а за счёт правильного обеспечения организма всеми необходимыми для его бесперебойной работы элементами. Cuisine Minceur® создана прежде всего для тех, кто ведет или стремится вести активный образ жизни, она придает жизненные силы, предупреждает возникновение сердечно-сосудистых заболеваний (таких как гипертония и проч.)





les Prés d'Eugénie

На сегодняшний день Cuisine Minceur® представлена в Les Prés d'Eugénie двумя ветвями – La Grande Cuisine Minceur® и La Cuisine Minceur Essentielle®:

LA GRANDE CUISINE MINCEUR®

открыта новым тенденциям, трепетно относится к дарам природы, чтит традиции французской кухни, порою вдохновляется экзотическими нотками, а самое главное – необыкновенно искусно сочетает в себе пользу и вкус.

Шампваллон из ягненка с тимьяном, кремное ризотто из овощей с креветками, севиче из окуня с манго, пирожное Париж-Брест с цикорием... более 200 рецептов, которыми можно наслаждаться, не испытывая чувства вины за лишние калории... Диетическое меню включает в себя закуску, основное блюдо и десерт, обновляется ежедневно на обед и ужин и не превышает 600 калорий.

LA CUISINE MINCEUR ESSENTIELLE®

поэтапно сокращает количество потребляемых в ежедневном рационе калорий, чтобы положить начало процессам очищения организма и эффективной борьбы с лишним весом.

Состоит их трёх фаз:

1. Фаза активации, в течение которой регулируется и сокращается ежедневное потребление калорий.
2. Фаза активации метаболизма, позволяющая ускорить процесс потери веса, посредством увеличения физической нагрузки.
3. Фаза стабилизации, во время которой количество калорий максимально приближают к тому уровню, которого каждому гостю будет рекомендовано придерживаться в обычной жизни.

