Ayurvedische Köstlichkeiten

Im Mediterana umweht Sie ein Hauch von Indien. **„Ayurveda für Ihren Kurzurlaub“** ist neben vielen Verwöhnangeboten eines der Highlights für den gesundheitsbewussten Besucher. In speziellen Zeremonien des Wellness-, Massage- und Beautybereichs machen wir Sie daher mit ayurvedischen Themen bekannt.

Entsprechend der Eigenschaften der drei Doshas (Energietypen) kann jeder Mensch einem Vata-, Pitta-, Kapha- oder am ehesten einem Mischtyp zugeordnet werden. Die Doshas werden über jeweils 3 Geschmacksrichtungen (Gunjas) ausgeglichen.

In unserem Restaurant „Villa Verde“ runden abgestimmte Gerichte das Ayurveda-Angebot ab und geben Ihrem Tag die indische Würze.

VATA 14,90 €
Spaghettini . Bohne . Steinpilz . Pistazie *(A,C,G,I,H)* möglich
Ausgleich über süße, salzige und saure Speisen –
Die Vata-Elemente „Luft und Raum“ werden somit erfüllt von Wärme und Zufriedenheit.

PITTA 15,50 €
Rucolasalat . Ziegenkäse . Zwetschge . Focaccia *(A,G,H,I,J)* möglich
Ausgleich über süße, bittere und herbe Speisen –
Die Pitta-Elemente „Feuer und Wasser“ werden somit gekühlt und besänftigt.

KAPHA 18,50 €
Lamm . Chili . Kopfsalat . Feige . Süsskartoffel *(A,C,G)*
Ausgleich über scharfe, bittere und herbe Speisen –
Die Kapha-Elemente „Wasser und Erde“ werden somit warm und angeregt.

Ayurvedisches Heißgetränk:

Frischer Ingwertee mit Zitrone, serviert im Glas 3,70 €

Sollten Sie nähere Informationen zum Thema Ayurveda wünschen oder unseren Mediterana Energietypen-Test machen wollen, so stehen Ihnen unsere Wellness-Mitarbeiter gern zur Verfügung.