

Le golose ricette



CENTRO MESSÈGUÈ

BALDAN GROUP

IDEATO E GARANTITO DALLO STAFF CENTRO MESSÈGUÈ

B A L D A N
G R O U P

PIATTI DA GRAND GOURMET PER RITROVARE LINEA E BENESSERE!

PRIMI

Fusilli allo zafferano con julienne di verdure allo zenzero • Fusilli ai broccoli con acciughe leggermente piccante • Fusilli con scampetti e funghi porcini • Fusilli con tonno fresco porro brasato e teste di lime • Fusilli con battuto di coniglio, olive taggiasche e rosmarino • Fusilli alla carbonara leggera (uovo, caprino e grattugiata di bottarga)

ZUPPE

Zuppa di verdura con uovo pochè • Zuppa di verdura e calamari scottati • Zuppa di funghi e bresaola

CROCCHETTE DI POLLO

Crocchette di pollo yogurt e menta • Crocchette di pollo con vellutata di zucchine • Insalatona di verdure fresche con crocchette di pollo • Crocchette di pollo con verdure grigliate e rapanello • Crocchette di pollo con indivia brasata • Crocchette di pollo con insalatina di finocchi ed olive verdi

OMELETTE

Omelette alle erbe con tonno • Omelette alle erbe con spinacini e scaglie di parmigiano • Omelette al formaggio con funghi • Omelette ai funghi con crema di fiocchi di latte

DOLCI

Mousse al cioccolato e cannella • Mousse al cioccolato e peperoncino • Mousse al cioccolato e zenzero fresco • Mousse alla vaniglia e cardamomo • Mousse alla vaniglia e anice stellato • Mousse alla vaniglia e liquirizia • Crème caramel con crumble di biscottino nutrietica • Crème caramel con mela e cannella • Budino al cioccolato al profumo di cocco • Budino al cioccolato al sentore d'arancia • Yogurt ai frutti di bosco con vaniglia • Gelato al cioccolato e gelato alla fragola



1 Vantaggi

RAPIDO DIMAGRIMENTO

Nei primi 10-15 giorni è facile ottenere una riduzione della massa grassa di 3-5 kg e una notevole diminuzione volumetrica, solo nei punti "critici". E' come se il corpo si modellasse.

Il risultato incoraggia e motiva a completare il Programma.

TOTALE SCOMPARSA DEL SENSO DI FAME

La fame scompare tra le 48 e le 72 ore grazie ai corpi chetonici che interagiscono a livello cerebrale bloccando questo stimolo. Questo permette di mantenere un'alimentazione ipocalorica senza l'ausilio di alcun farmaco.

FACILITÀ D'IMPIEGO

Grande varietà di scelta dei sapori e nulla da pesare. Le buste si sciolgono facilmente e possono essere preparate in qualsiasi ambiente (ufficio, auto...) con un po' d'acqua ed uno shaker.

SISTEMA DIETETICO



CENTRO MESSÈGUÉ

BALDAN GROUP

RISULTATI ESTETICI

L'immediata riduzione del volume addominale e dei depositi adiposi oltre a una migliore tonicità cutanea.

TOLLERANZA PERFETTA

L'effetto psicotonico, unito alla rapidità del risultato, dà al paziente la motivazione a completare il Programma.

SENSAZIONE DI BENESSERE RITROVATO

Le formulazioni del Sistema Dietetico Centro Mességué, con tutti gli aminoacidi essenziali in quantità bilanciate, vitamine e minerali come oligoelementi, sono un ottimo supporto nutrizionale dove sia necessario condurre transitoriamente un regime dietetico adatto. Si perde peso e contemporaneamente si prova un senso di benessere ed energia.

PROTEZIONE DELLA MASSA MAGRA

L'apporto di aminoacidi protegge la massa magra e la perdita di peso si ottiene essenzialmente a spese della massa grassa. Al contrario delle comuni diete spesso la massa magra si incrementa con conseguente innalzamento del metabolismo: vuol dire che il risultato raggiunto si mantiene più facilmente e più a lungo.



Immagini a valore puramente illustrativo

1 primi: zuppe

Utilizzare a complemento di un regime ipocalorico vario



Zuppa di funghi

Preparato proteico impoverito di glucidi e di lipidi. il cui valore energetico è di 87 Kcal per confezione.



Zuppa di verdure

Preparato proteico impoverito di glucidi e di lipidi. il cui valore energetico è di 89 Kcal per confezione.

I primi: zuppe

Utilizzare a complemento di un regime ipocalorico vario

Zuppa di verdura con uovo poché

Cuocete la zuppa di verdure Centro Mességué seguendo le istruzioni riportate sulla busta. Nel frattempo, portate ad ebollizione dell'acqua con uno spruzzo di aceto, girate l'acqua velocemente con l'aiuto di un cucchiaino in modo da creare una sorta di mulinello quindi sgusciatevi l'uovo, facendolo cadere delicatamente nell'acqua.

Fate cuocere per due minuti in modo che il tuorlo rimanga molle. Scolate l'uovo con una schiumarola forata su un piatto e rifilate l'albume con un coltellino per dare una forma ovale.

Versate la zuppa di verdura in un grosso bicchiere di vetro quindi unite l'uovo poché, condendo il tutto con qualche goccia di olio.



Ingredienti:

Preparato per zuppa di verdura
Centro Mességué

1 uovo
aceto di mele q.b.
olio
sale e pepe

Zuppa di verdura e calamari scottati

Pulite i calamari eliminando osso e interiora, tagliateli a striscioline e fateli scottare in una padella antiaderente.

Preparate la zuppa di verdure Centro Mességué seguendo le istruzioni riportate sulla busta.

Impiattate la zuppa e disponete sopra i calamari cotti. Condite i calamari con un cucchiaino di olio, sale e pepe.



Ingredienti:

Preparato per zuppa di verdura
Centro Mességué
calamari
olio
sale e pepe

1 primi: zuppe

Utilizzare a complemento di un regime ipocalorico vario

Zuppa di funghi e bresaola

Tagliare la bresaola a cubetti e farla rosolare in un tegame antiaderente con un filo d'olio e un po' d'acqua. Cuocere la zuppa di funghi Centro Mességué seguendo le istruzioni riportate sulla busta.

Versare la zuppa e rifinire con la bresaola dorata e una manciata di pepe.



Ingredienti:

preparato per zuppa funghi
Centro Mességué
bresaola
1 cucchiaio d'olio extravergine di
oliva
pepe

SISTEMA DIETETICO



CENTRO MESSÈGUÈ
BALDAN GROUP

BALDAN
G R O U P

B&M SRL
V. L. BRUNI 25 - MILANO
www.baldangroup.it
benessere@centromessegue.info

