



Teme: Direktor TZ Mali Lošinj, Grad Mali Lošinj,

Na otoku vitalnosti, vitalnost se može i okusiti

Na Lošinju, otoku vitalnosti, raste preko 200 vrsta ljekovitih bilja. Okusi i mirisi mnogih od njih su sastavni dio lošinjskih specijaliteta. Blaga klima, više od 200 sunčanih dana godišnje, zrak i more prve kakvoće te 280 km pješačkih i biciklističkih staza, isprepleteni su na destinaciji na koju se gosti dolaze regenerirati i vitalizirati.

Lošinj je svoje mjesto na gastronomskoj karti osvojio s rakovima, ribama i školjkama iz Lošinjskog akvatorija, otočnom janjetinom i divljači čiji su okusi savršeno sljubljeni i s lošinjskim aromatičnim biljem. Oznake Taste of Vitality, osvojilo je ukupno 50-ak delicija iz ponude lošinjskih restorana. To su jela čije su recepture posebno nadgledane od strane nutricioniste, a sastoje se od namirnica bogatih hranjivim tvarima, pripremljenih na načine da što bolje sačuvaju svoja nutritivna svojstva te u omjerima koji podržavaju opću dobrobit i razinu energije. Nakon uživanja u okusima i obroku, ne osjećate se pospano, već energizirani za daljnje aktivnosti.



U jelima s oznakom Taste of Vitality, možete uživati u sljedećim ugostiteljskim objektima:

Diana - otvoren je cijelu godinu

Nonina maneštra

Caesar salata

Beef tagliata na rukoli

Deveron - otvoren je cijelu godinu

Rolana hobotnica

Krem juha od rakova

Gulaš od cresko-lošinjske divljači

Ravioli punjeni capesantama i kozicama u umaku s botargom

Salata od voća, povrća i lošinjskog koštunjavog voća

Za kantuni - otvoren je cijelu godinu

Carpaccio od boškarina (morožina)

Tartar od plavorepe tune

Lošinjska riblja maneštra

Mladi pivac na žaru

Mesna peka (janjetina, vepar ili boškarin) s povrćem

Moby Dick Gelateria - otvoren je cijelu godinu

SUMMER TONIC: sviježi ananas, krastavac, jabuka, list mente – tonificira organizam

AFTER: sviježa kruška, ananas, jabuka, limun – osvježava i olakšava probavu

RED LAVA: sviježa mrkva, jabuka, cikla, celer – osvježava i normalizira krvni tlak

GREEN MONSTER: sviježa jabuka, mrkva, blitva, limun – osvježava i daje snagu iz magnezija

EXHAUSTION FIGHTER: ananas, banana, kokosovo mlijeko, limun, listići kokosa – rehidrira organizam

Artatore

Juha od rakova

Salata od rakovice

Škampi s polentom

Otočna janjetina "pod teću"

Sorbet od limuna s lošinjskom mirtom

Baracuda

Carpaccio od zubaca

Sirovi lošinjski škampi

Paleta morskih delicija i tekstura

Ribljí brodet na otočki

Domaći pljukanci s plodovima mora

Bocca Vera

Škampi crudo

Škampi na pari

Juneći carpaccio s lošinjskim kaparima

Bora Bar

Carpaccio od hobotnice

File od brancina s tikvicama i lošinjskim biljem

Burrata na grilanom povrću

Borik

Tuna steak

Marinirani ražnjići od kozica

Carpaccio od boškarina

Corrado

Carpaccio od kirnje

Salata od zubaca

Verze su pofri

Manora

Burgeri od leće, divljeg luka i koromača

File škarpine s povrćem i lošinjskim agrumima

Batat punjen otočnim pestom

Smotuljci od blitve punjeni raguom od lignji

Mare

Janjetina na umido

Salata Mare s kozjim sirom

Tuna kao tagliata, obogaćena smokvama i sušenim marelicama

File jadranske ribe s lošinjskim povrćem

Silvana

Rakovica

Lignje na brudet s palentom

Pečena janjetina s krumpirom

Škampi na buzaru s palentom

Veli žal

Salata od hobotnice

Pureći file s povrćem

Brancin na žaru s blitvom i krumpirom

Torte i to

Chia puding od lavande

Limunada s mentom

Rižin griz s jabukom i cimetom

Projekt Taste od Vitality provodi Turistička zajednica Malog Lošinja na čelu s direktorom Daliborom Cvitkovićem, u suradnji s Abisalom - Klub Gastronom na čelu s prof. Karin Mimicom, voditeljicom projekta te s lošinjskim ugostiteljima. Za nutricionistički dio zadužena je mag. nutr. Diana Gluhak Spajić, autorica međunarodno nagrađenog Healthy meal standarda.

<https://www.gastronaut.hr/blog/753/na-otoku-vitalnosti-vitalnost-se-moze-i-okusiti/>

KLJUČNE RIJEČI:

AUTOR:

Karin Mimica