

PRESSEINFORMATION

28. September 2009

Geheimtipp Kräuterküche im Flair-Aktiv-Hotel Obermüller in Untergriesbach - Wir wissen was gesund ist!

FLAIR HOTEL OBERMÜLLER
Wolfgang & Michaela Obermüller
Sonnenweg 12
94107 Untergriesbach/Passauer Land
Telefon +49(0)8593/90 05-0
Fax +49(0)8593/90 05-44
eMail: info@flairhotel-obermueller.de
www.flairhotel-obermueller.de

Durch kochen mit den besten Kräutern möchte das „forever young“ Hotel eine gesunde Ernährung in den Vordergrund rücken und dabei mit kleinen Schritten in die richtige Richtung gehen, die auf Dauer einen Unterschied machen.

Untergriesbach. Die Menschen wissen, was gut für sie ist. Aber sie halten sich trotzdem nicht daran. "Morgen, morgen, nur nicht heute ..." scheint das Motto zu sein, wenn gute Vorsätze wieder scheitern. Wie eine Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) zeigt, versucht jeder Dritte, Ernährungssünden am nächsten Tag zu kompensieren. Da Kochen eine Berufung des Küchenteams Obermüller ist, möchte das Team durch Ihr Wissen den Gästen dabei helfen, nicht in Ernährungssünden zu geraten. Deshalb duftet es seit einigen Wochen nach verschiedenen Kräutern in der Küche des Flair-Aktiv-Hotels Obermüller in Untergriesbach. Außerdem möchte das Küchenteam Ihren Gästen ein gesundes, abwechslungsreiches Menü zubereiten und mit guten Vorsätzen vorangehen.

Laut der Ernährungsstudie scheitert eine langfristige Umstellung von Ernährungsgewohnheiten jedoch meist an drei Dingen: Neben fehlender Zeit sind es Durchhaltevermögen und Wille, an denen es mangelt. Dabei sind es kleine Schritte in die richtige Richtung, die auf Dauer einen Unterschied machen. Hierzu gibt es eine Zauberformel = langsam beginnen und durchhalten. Für den Beginn der Ernährungsumstellung ist es dabei wichtig, den richtigen Zeitpunkt zu wählen. Am besten startet man ganz entspannt in der Freizeit. Hierbei möchte das „forever young“ Hotel den Besuchern bei Ihrem Aufenthalt durch Ihre Kräuterküche helfen. Immer um ihre Gäste bemüht, kocht das Küchenteam Obermüller für diese mit ausgewählten Kräutern und verhilft zu einem gesunden Geist durch gesunde Ernährung. Gerade in Ernährungsfragen setzen sich viele zu hohe Hürden. Es kommt darauf an, dass die eigenen Ziele realistisch sind. Deshalb unterstützt das Flair-Aktiv-Hotel Obermüller seine Gäste mit der Kräuterküche und hilft beim ersten Schritt in eine gesunde Ernährung. Gewürzkräuter sind nämlich nicht nur eine Gaumenfreude, sie spenden auch viele Mineralstoffe und Vitamine. Außerdem ersetzen sie durch die große Vielfalt Speisesalz. Ein nützlicher Nebeneffekt, wie das Küchenteam des „forever young“ Hotels findet und möchte Sie zu diesen neuen Eindrücken herzlich einladen. Wer nach der genossenen Zeit einen Schritt zur gesunderen Ernährung gemacht hat, ist sich sicher, einen neuen Geheimtipp entdeckt zu haben.

Informationen:

Kristina Krenn
Flair-Hotel Obermüller
Sonnenweg 12
94107 Untergriesbach
Tel. 08593/9005-0 Fax. 08593/9005-44
www.flairhotel-obermueller.de
flairhotel.obermueller@t-online.de