

## YOGURES AL GUSTO Y 'SUPERALIMENTOS', LA NUEVA APUESTA SALUDABLE DEL DESAYUNO DE IBIZA GRAN HOTEL

- *El buffet reúne más de 400 exquisiteces, entre las que se encuentran alimentos saludables.*
- *La estación de yogures es una de las novedades saludables ([ver vídeo aquí](#)).*
- *El establecimiento incluye los llamados 'superalimentos' en su oferta matutina: alimentos que contribuyen a preservar la salud.*

**Ibiza, 4 de septiembre de 2015.-** Quienes se preocupan por cuidar su salud –y la línea- incluso durante las vacaciones, encontrarán en el desayuno de Ibiza Gran Hotel su mejor aliado. Además de succulentas referencias, como la fuente de chocolate, la nueva panadería artesanal (con más de 20 tipos de panes diferentes) la estación de gofres o la de embutidos frescos, el equipo de cocina ha innovado esta temporada para confeccionar el desayuno más completo y saludable de la isla.

“El desayuno es la comida más importante del día y es también la carta de presentación de nuestra oferta gastronómica”, declara Óscar Molina, chef ejecutivo de Ibiza Gran Hotel, consciente de la necesidad de llevar a cabo una dieta sana y variada, que *“debe comenzar por el desayuno”*.

### **YOGURES AL GUSTO Y 'SUPERALIMENTOS'**

Una de las novedades saludables de la temporada es la estación de yogures, que se oferta dentro de la rueda de productos gourmet que varía cada mañana para sorprender a los comensales: crêpes o bombones creados al momento, jamón ibérico 5 jotas, sushi...

En la estación de yogures cada cliente personaliza el suyo, pudiendo elegir entre el griego o el natural desnatado, ambos servidos con sifón de espuma por un cocinero. Después se añaden siropes al gusto (frambuesa, mango, agave...) y toppings, entre los que cabe destacar los frutos rojos (arándanos, grosellas, frambuesas y moras) y muesli de agricultura ecológica.

Además, para mejorar las cualidades nutricionales del yogur, se incorporaron a esta estación los conocidos como 'superalimentos', muy presentes en las nuevas tendencias dietéticas, por sus numerosos beneficios para preservar la salud. La maca (raíz de los andes de Perú con propiedades energizantes y benéficas para el sistema nervioso), y la espirulina (alga muy utilizada por constituir una gran fuente de vitaminas, proteínas y minerales), son sólo algunos ejemplos.

El consumo de yogures implica una gran cantidad de beneficios para la salud, entre los que cabe destacar la estabilización de la flora intestinal, la gran fuente de vitaminas que contiene, el impedimento del desarrollo de bacterias en el intestino, la disminución del colesterol y la aportación de calcio, magnesio y fósforo, indispensables para mantener sana nuestra estructura ósea.

# IBIZA GRANHOTEL

\* \* \* \* \*  
GRAND LUXE

## **LAS CLAVES DE UN DESAYUNO EQUILIBRADO**

Lácteos, cereales integrales, y frutas (en pieza o en zumo), son algunos de los alimentos que, según el chef Óscar Molina, no deben faltar en un desayuno completo y equilibrado. Además, en el desayuno de Ibiza Gran Hotel, los comensales encontrarán una completa estación de productos *healthy*: sin gluten, barritas de proteínas, dulces sin azúcar, mermeladas orgánicas, y un largo etcétera.

Alrededor de 400 exquisiteces componen el desayuno más completo, lujoso y saludable de la isla. El buffet está abierto no sólo a los huéspedes del hotel, sino a cualquiera que desee comenzar el día de la mejor forma posible.

## **SOBRE IBIZA GRAN HOTEL\*\*\*\*\*GL**

Ibiza Gran Hotel es el único art hotel de la isla, y alberga un total de 367 obras de arte originales creadas '*site-specific*', que rodean al huésped en las zonas comunes y en el interior de cada suite. Situado en el Paseo Marítimo, Ibiza Gran Hotel es la mejor representación del lujo mediterráneo, captado a través de un conjunto de espaciosas suites con vistas inigualables, spa, restaurantes, dos piscinas, boutiques, y casino. Es además el hotel de mayor categoría de la isla: Cinco Estrellas Gran Lujo, concepto que se traduce en superar las expectativas del huésped, brindando el servicio más exigente y las instalaciones más elegantes del Mediterráneo. Más de 5000 metros de zonas ajardinadas, 1300 metros cuadrados dedicados al culto al cuerpo y la mente en Open Spa, centro *wellness*, y un entorno que envuelve al huésped en belleza y arte.