

Presseinformation
Wien, 09. 01. 2020

Fit mit Genuss: Gesund Leben und Kilos purzeln lassen

Mit leichten Mittagsspeisen und einem abgestimmten Ernährungsplan unterstützt GOURMET seine Gäste bei dem Wunsch nach weniger Kilos und einem gesünderen Ernährungsstil.

„Nach kulinarisch intensiven Festtagen ist es vielen von uns ein Anliegen, sich wieder ausgewogen, gesünder und leichter zu ernähren. Wir wollen mit unserem umfassenden Fit mit Genuss-Schwerpunkt zeigen, dass es auch im zeitlich engen Berufs- und Familienalltag möglich ist abzunehmen, ohne dabei auf den Genuss zu verzichten“, so Mag.^a Claudia Horacek, Geschäftsfeldleiterin von GOURMET Business Catering Menü-Service zum Start der Aktions-Wochen 2020. Neben beliebten bekannten Speisen mit max. 550 kcal machen neue Mittagsgerichte sowie ein Ernährungsplan und eine begleitende Themenstrecke auf dem Unternehmens-Blog Lust auf einen schlankeren Essalltag.

Fit mit Genuss-Ernährungsplan: alltagstauglich und effektiv

Auf Wunsch erhalten die GOURMET Gäste in über 2.500 Unternehmen den FIT-Ernährungsplan, der dabei unterstützt, mit max. 1.500 kcal pro Tag, gesund abzunehmen. Ergänzend zum GOURMET Mittagstisch finden sich darin neue Speiseideen für das Frühstück und das Abendessen. Erstellt wurde er von den beiden Ernährungswissenschaftlerinnen Mag.^a Sabine Bisovsky und Mag.^a Eva Unterberger vom Team essenziell gemeinsam mit dem GOURMET Business Team. Die einfachen aber genussvollen Rezepte sind leicht nachzukochen und ergänzen sich perfekt mit den Fit mit Genuss-Speisen aus dem À la Carte-Sortiment. Die leichten Gerichte, einfach erkennbar am Fit-Piktogramm, lassen sich beliebig innerhalb des Plans austauschen und kombinieren – ganz nach individuellen Geschmack.

Email-Talk mit Expertinnen und Inspiration auf blog.gourmet.at

Während der Aktionswochen teilen die beiden Ernährungswissenschaftlerinnen Sabine Bisovsky und Eva Unterberger ihre Expertise auf dem Unternehmensblog und stehen außerdem der Community als Online-Coaches zur Verfügung. In ihren Beiträgen räumen sie mit Irrtümern und Ernährungsmythen auf und geben hilfreiche Tipps, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Eine begleitende Themenstrecke in Newslettern und neue Rezepte auf dem Blog sorgen für zusätzliche Inspiration. „Durch die Kooperation mit essenziell unterstützen wir unsere Gäste bei der gesunden Ernährung im Alltag und mit unseren Gerichten machen wir es unseren Gästen leicht, bei vollem Geschmack das Gewicht im Auge zu haben“, freut sich Claudia Horacek über die Zusammenarbeit im Rahmen der Fit mit Genuss-Wochen.

GOURMET Business

GOURMET Business, eine Marke von GOURMET, ist der Spezialist für Essen am Arbeitsplatz. Über 2.500 Unternehmen in Österreich und Deutschland vertrauen bereits auf GOURMET Business. Ob À la Carte oder Betriebsgastronomie – GOURMET Business bietet für jedes Unternehmen die passende, individuelle Mitarbeiterverpflegung. Nähere Informationen unter www.gourmet-business.at

Fotos: Bildabdruck in Zusammenhang mit der Presseinformation honorarfrei. © Gourmet.

Bild 1: Fit mit Genuss ins neue Jahr! Fit-Speisen mit max. 550 kcal.

Bild 2: Mag.^a Claudia Horacek, Geschäftsfeldleiterin GOURMET Business Catering Menü-Service.

Bild 3: Fit mit Genuss ins neue Jahr. Fit-Speise mit max. 550 kcal.

Über das Unternehmen: GOURMET ist Marktführer in der Gemeinschaftsverpflegung in Österreich und kocht für Kindergärten, Schulen, Unternehmen und Senioreneinrichtungen, den Einzelhandel sowie bei Events und in Top Gastronomiebetrieben. Als österreichisches Unternehmen mit mehr als 40 Jahren Erfahrung bietet GOURMET höchste Qualität, Sicherheit und Verlässlichkeit. GOURMET legt besonderen Wert auf hochwertige österreichische Zutaten, Regionalität und Saisonalität, BIO-Qualität und Nachhaltigkeit. Mehr dazu unter www.gourmet.at/nachhaltigkeit.

GOURMET ist ein Tochterunternehmen der VIVATIS Holding AG.

Rückfragehinweis:

GOURMET, Ltg. Kommunikation
Manager Martina Baumeister MSc
Mobil: +43 664 966 45 42
martina.baumeister@gourmet.at

GOURMET, Public Relations
Nina Liftenegger-Röhl MSc
Mobil: +43 664 881 118 77
nina.liftenegger-roehl@gourmet.at

<http://blog.gourmet.at>