

Pressemitteilung vom 02.05.2017

Neue Menülinie mensaVital in Tübinger Mensen

Unter der Marke mensaVital bietet das Studierendenwerk Tübingen-Hohenheim ab sofort in der Mensa Morgenstelle und Mensa Prinz Karl in Tübingen leicht bekömmliche und ernährungsphysiologisch ausgewogene Gerichte mit vielen frischen und gesunden Zutaten an.

Tübingen. Für immer mehr Menschen spielt eine gesunde, nährstoffreiche und nachhaltige Ernährung eine wichtige Rolle. Daher bieten viele Studierendenwerke bundesweit unter der Marke mensaVital leichte, ausgewogene Gerichte an, die Körper, Geist und Geschmackssinne gleichermaßen anregen. Ab sofort hat auch das Studierendenwerk Tübingen-Hohenheim in der Mensa Morgenstelle und Mensa Prinz Karl in Tübingen die Menülinie mensaVital täglich im Programm.

Oliver Schill, Geschäftsführer des Studierendenwerks Tübingen-Hohenheim: „Auch Studierende legen heutzutage Wert auf eine gesunde Ernährung und wünschen sich einen abwechslungsreichen Speiseplan. Mit der neuen Menülinie mensaVital möchten wir das Angebot für unsere Gäste dahingehend erweitern.“

In der neuen Menülinie schaffen sorgfältig zusammengestellte und ernährungsphysiologisch ausgewogene Rezepte einen kreativen, bekömmlichen Speiseplan. Jedes Gericht ist so gestaltet, dass eine Portion den Energiebedarf eines Erwachsenen mit sitzender Tätigkeit deckt. So hat ein Essen einen maximalen Energiewert von 750 kcal – optimal, um den Studien- und Arbeitsalltag mental fit und energiegeladen zu bestreiten.

Typisch für mensaVital ist eine vitaminschonende Zubereitung naturbelassener Zutaten. Jede Mahlzeit enthält einen ausreichenden Anteil an frischem Obst und Gemüse. Klassische Fettfallen wie frittierte oder panierte Speisen sind in der mensaVital-Küche tabu. Stattdessen sorgen hochwertige Pflanzenöle wie Raps- oder Olivenöl, mageres Fleisch, wechselnde Fischgerichte und fettreduzierte Milchprodukte für eine ausgewogene Fettversorgung.

Ein wesentlicher Grundpfeiler der mensaVital-Küche: Sämtliche Speisen und verarbeitete Zutaten kommen ohne Geschmacksverstärker aus. Das bedeutet auch einen generellen Verzicht auf hochverarbeitete Fertigprodukte wie Fertigsoußen oder andere Convenience-Klassiker. Stattdessen werden die Gerichte mit frischen Kräutern zubereitet. Hinsichtlich der Sättigungsbeilagen ergänzen Produkte wie Ebly, Couscous oder Bulgur das klassische Angebot an Kartoffeln, Nudeln oder Reis.

Die Mensa Morgenstelle und die Mensa Prinz Karl laden Gäste, Studierende und Universitätsangehörige ein, die neue Menülinie mensaVital kennenzulernen.

Weitere Informationen:

www.my-stuwe.de/mensa/mensavital
www.mensavital.de

Tübingen, 02.05.2017

Ansprechperson

Nicole Lang

07071/29-73817

presse@

sw-tuebingen-hohenheim.de