



Курс обучения по гастрономической диетической кухне — Гипокалорийная гастрономическая кухня (Франция)

Научно-практические занятия ведет Филипп Жирар /Philippe Girard/

Обучение предлагается в формате:

- лекций и практики
- обучение персонала и разработка меню на Вашем объекте

Франция является страной с глубокими кулинарными традициями, где гастрономия является настоящей наукой, а культура приготовления пищи и питания возведены в ранг искусства. Исторически Франция оказала решающее влияние на развитие всей западноевропейской кухни и гастрономии. Более того, многие специалисты считают французскую кухню единственной существующей западноевропейской кухней.

Наряду с глубокими культурными традициями в области кулинарии, во Франции большое внимание на государственном уровне уделяется научному подходу к проблемам питания населения. Франция является единственной страной, в которой в 2001 году была принята первая национальная программа питания и здоровья.

Сочетание большого опыта и традиций, в области гастрономической кухни, и сильные позиции в области научных исследований в области питания обеспечили быстрое развитие во Франции **нового направления – гастрономической диетической кухни**, которая не уступает по строгости отбора продуктов и процессов приготовления диетической кухне лечебных заведений, а по вкусовым качествам – гастрономической кухне лучших ресторанов Франции.

Основной принцип гастрономической диетической кухни – сохранность и сбалансированность всех полезных компонентов продуктов, ограничение животных жиров, высокие вкусовые качества, художественное оформление блюд. Для этого были разработаны специальные способы приготовления блюд с использованием специально подобранных пищевых продуктов.

Основное назначение диетической кухни – восстановление энергетического потенциала организма, дезинтоксикация. Особое место диетическая кухня заняла в программах похудения коренным образом изменив рецепты гипокалорийного питания. Отойдя от питания на базе «отварная рыба – морковь», уже отвергнутой все более взыскательной публикой, ведущими шефами были разработаны рецепты гипокалорийных блюд (полный обед в пределах 500-635 калорий) без жиров и без сахара, не уступающих по своему разнообразию и вкусовым характеристикам блюдам традиционной гастрономической кухни.

В настоящее время диетическая гастрономическая кухня становится все более востребованной со стороны клиентов санаториев. Отелей и СПА центров.

Если жизнь – это мотор, то пища – это топливо для этого мотора.

Сбалансированное питание – долгосрочная инвестиция в здоровье.