

Presseinformation

26. Juli 2023

Bei „Tut gut!“ wird jetzt gesund gegrillt

LR Schleritzko: Die digitale „Tut gut!“-Grillserie wartet mit gesunden Grillalternativen auf

Die Grillsaison ist bereits voll im Gange. Die „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge bietet ein digitales Kochmagazin mit vier Videos unter dem Motto „Gesund.Gegrillt“. Serviert werden beispielsweise Veggie-Feuerflecken oder gegrilltes Steinobst mit Ziegenfrischkäse.

„Es müssen nicht immer Bratwürste oder fertig marinierte Koteletts sein“, so die „Tut gut!“-Ernährungsexpertin Marlene Hasenberger, die auch betont: „Geflügel und Fisch lassen sich gut mit Pilzen, Erdäpfeln, Paprika oder Zwiebeln kombinieren. Aber auch ausschließlich vegetarische Grillgerichte wie gegrillte Kräuterseitlinge und gefüllte Zucchini liegen voll im Trend.“

„‘Tut gut!’ hat mit dem Video-Format ‚Gesund.Gegrillt‘ für alle etwas zu bieten. Von leichten und gesunden Grillideen bis hin zu bunten, nährstoffreichen Gerichten für einen Genuss ohne Reue“, rufen Landesrat Ludwig Schleritzko und „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl auf, die Gerichte unter www.noetutgut.at/ernaehrung zu entdecken und nachzugrillen.

Sehr viele Gemüsesorten wie Paprika, Zucchini, Melanzani, Maiskolben, Mangold, Fenchel, Paradeiser, Brokkoli, Karfiol oder Speisepilze haben über den Sommer hindurch Saison und sind daher regional erhältlich. Beinahe jedes Gemüse eignet sich zum Grillen und hat nicht nur Gesundheit, sondern auch Geschmack in sich. Darüber hinaus bringt es Farbe auf die Teller, denn bekanntermaßen essen die Augen mit.

Nähere Informationen: Initiative „Tut gut“, PR und Kommunikation, Stefan Zwinz, MBA, Telefon 0676/858 71 33 032, E-Mail stefan.zwinz@noetutgut.at, www.noetutgut.at, www.noetutgut.at/ernaehrung