

Философия кухни Six Senses Vana

Наша кухня является продолжением философии Six Senses Vana. С целью поддержания естественной гармонии между природой и человеком, меню разработано в согласии со сменой времен года. Сезонный подход помогает не только решать оздоровительные задачи, но придает разнообразие нашей кухне, чтобы удовлетворить самый взыскательный вкус. Подробная информация о диетическом рационе помогает построить индивидуальную систему питания, которой можно следовать в обычной жизни. «Мы – то, что мы едим», говорил великий медик прошлого Гиппократ. Наше питание может как исцелять, так и причинять вред. Философия кухни Six Senses Vana заключается в возрождении лучших кулинарных традиций Индии. И мы надеемся, что однажды они станут достоянием не только Six Senses Vana.

Меню Six Senses Vana охватывает весь спектр здоровых и натуральных блюд: вегетарианские, веганские блюда, а также фермерское мясо, птицу и рыбу. В нашей кухне используются органические и выращенные натуральным образом продукты. Мы работаем только с местными производителями, чтобы избежать потери качества от долгой транспортировки. Кулинары нашего центра сами выпекают хлеб, сбивают масло, готовят мороженое и непрерывно совершенствуются в своем искусстве.

Кухня Six Senses Vana является нашим вкладом в возрождение и сохранение индийской кулинарной традиции. Пища всегда почиталась в Индии как подношение божествам. Мы готовим с искренней приверженностью своему делу, и каждое блюдо нашей кухни - подношение гостям – ванаваши, тому божественному, что составляет природу каждого из нас.

Связующим звеном между кухней Six Senses Vana и системами традиционной медицины является аптека центра. По рецептам наших врачей и на основе принципов аюрведы, Сова Ригпа, натуропатии и современной западной системы здорового питания, в аптеке Six Senses Vana готовят целебные отвары, настои, смеси трав и лекарственные средства местного применения.

Философия кухни Six Senses Vana – еда, как источник здоровья, радости, пользы и эстетического удовольствия.

Рестораны Six Senses Vana

Ресторан Salana

Открыт для всех гостей центра

Кухня ресторана черпает вдохновение в философии гармоничной жизни и творчески сочетает питательность, натуральность и современные принципы здорового питания.

Меню ресторана соответствует времени года, меню обедов и ужинов обновляется ежедневно. Мы работаем только со свежими, качественными продуктами и придерживаемся политики, которую можно описать в четырех словах: сезонное, местное, органическое, полезное.

Кухня Six Senses Vana следует новой парадигме питания, когда вкусовые качества блюда не менее важны, чем польза для здоровья. Порции разумно сбалансированы, содержат умеренное количество масла, соли, сахара и специй. Согласно принципам здорового питания, используется только нешлифованный рис и свежие продукты, которые готовят непосредственно перед подачей.

Пищевая ценность каждого блюда отображается в меню, что помогает сделать осознанный выбор. По желанию гостя те или иные ингредиенты могут быть удалены, заменены или добавлены. За исключением детокс-программ и специально разработанных диет, наши гости

могут выбрать любые блюда по своему вкусу. Персонал ресторана будет проинформирован обо всех предпочтениях.

Каждый человек индивидуален по типу сложения и метаболизма, также индивидуальны его пищевые предпочтения и потребности. В наших ресторанах нет ограничений по количеству порций.

В рамках создания собственной продуктовой сети мы работаем с местными фермерами и проверенными поставщиками бобовых, овощей, грибов, тофу, молочных и других продуктов. Листовые салаты, свежая зелень и овощи выращены в теплицах и на грядках нашего ретрита. Соевые продукты для нашей кухни произведены из сертифицированной органической сои, выращенной здесь же, в пределах штата Уттаркханд.

Наша цель – здоровая, сытная и полезная пища, приносящая радость и удовольствие.

Анау

Концепция нашего фирменного ресторана - блюда, сочетающие принципы аюрведы и современные кулинарные технологии.

Название ресторана происходит от санскритских слов "ана" и "аю", что означает "пища" и "жизнь". Ресторан предлагает три самостоятельных меню – для каждой из трех дош: ваты – ветра, питты – огня и капхи – земли.

После консультации в аюрведическом центре каждый гость легко сможет поддерживать подходящую его доше систему питания. И, конечно же, попробовать любые блюда других меню по своему вкусу. В Индии верят, что пища – священный дар, а трапеза – ежедневный ритуал, гармонизирующий личные ритмы человека и ритм мироздания. С этой верой мы создали ресторан Анау и приглашаем вас разделить наш опыт.

О ретрит-центре "Six Senses Vana"

Основанный в 2014 году Виром Сингом, Six Senses Vana предназначен для всех, кто стремится гармонизировать свою жизнь. Мудрость, познание, здоровье, осознанность – четыре столпа философии Six Senses Vana, и наша задача – помощь в достижении этих целей. Построенный на территории площадью 21 акр, отель Six Senses Vana включает в себя 66 номеров, 16 сьютов и 4 виллы в стиле дуплекс. Все они продуманы до мелочей, чтобы каждый гость чувствовал себя уютно и комфортно.

В Six Senses Vana уверены, что духовное, эмоциональное, физическое и интеллектуальное совершенствование делает нашу жизнь по-настоящему полноценной, наполняет ее смыслом и радостью. Со всей искренностью мы сочетаем заботу о самочувствии каждого гостя, индивидуальный подход, традиционные оздоровительные практики и древнюю мудрость Востока. Аюрведа, йога и тибетская система исцеления Сова Ригпа творчески интерпретированы и интегрированы в наши программы, сохранив при этом свою эффективность и аутентичность.