

A large, stylized green semi-circle graphic with a white outline and a white highlight on the right side, resembling a dome or a hill. The text 'esstisch.tirol' is written across it in a green, cursive font.

esstisch.tirol



VEREIN TIROLER WIRTSHAUSKULTUR



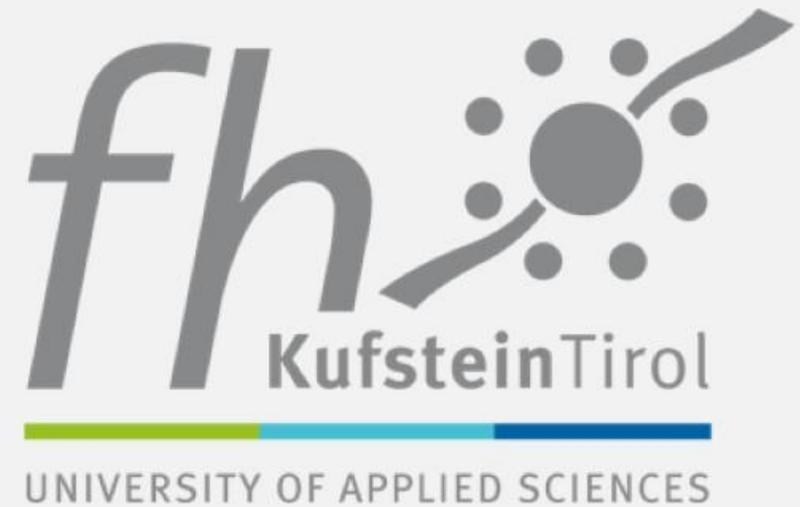
- ❖ Gründungsjahr 1992
- ❖ Gemeinsame Mindestkriterien
- ❖ Jährliche Beratungsbesuche
- ❖ Gemeinsames Markendach
- ❖ Dzt. rund 120 Mitgliedsbetriebe



esstisch.tirol



fh q



fh KufsteinTirol
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



esstisch.tirol MACHT'S FÜR ALLE BEKÖMMLICH

- Impulsgeber - Wellnesscluster
- Fokus Gast mit besonderen Ernährungsbedürfnissen
- Know How Transfer f. Speiseangebote
- Hoher Grad der Digitalisierung bei Schulungen

esstisch.tirol

- laktosearme Kost
- fruktosearme Kost
- glutenfreie Kost
- leicht & guat
- Zufriedene Gäste durch attraktives Speisenangebot
- Lebensqualität
- Beschwerdefreiheit

Vorsprung durch Fortbildung

Ist-Erhebung,
Folgebesuche



Kochworkshop



MitarbeiterInnen-
schulung



Rezept-
berechnungen



Adaptierung der
Speisekarte



glutenfrei

Einschränkung bei:

- Weizen, Dinkel, Kamut, Einkorn
- Roggen, Triticale, Emmer
- Gerste, Grünkern

Vorsicht bei:

- Bier, Senf, Backpulver, Stabilisatoren
- Stauben, Fritteuse

Einfach sicher sein!

- Reis, Kartoffeln, Maisstärke
- Glutenfreie Ersatzprodukte
- Einkauf - Kennzeichnung
- Lagerung
- Zubereitung
- Genuss





esstisch.tirol



laktosearm

Einschränkung bei:

- Milch, Milchprodukte
- Trockenmilchpulver, Molke, Rahm
- Kefir, Mascarpone
- Ricotta, Hüttenkäse

Vorsicht bei:

- Eis
- Nuss-Nougat-Creme
- Knäckebrötchen
- Ketchup, Margarine
- Kartoffelpüree, Kroketten

Tiroler Wirtshaus ohne Milchzucker?

- Gemüse, Obst
- Nüsse, Reis, Hirse
- Fleisch, Fisch, Eier
- Pflanzenöl
- Laktosefreie Milchprodukte
- Milchersatz auf Pflanzenbasis: Soja, Reis, Hafer, Mandeln

Mehrwert



esstisch.tirol

esstisch.tirol suchen und finden



esstisch.tirol

esstisch.tirol

[Lernplattform](#) [Contact](#)

Leuchtturmprojekt esstisch.tirol

Essen und genießen, ohne schlechtes Gewissen, trotz Unverträglichkeiten: Das soll das Leuchtturmprojekt esstisch.tirol den Gästen der Tiroler Wirtshauskultur ermöglichen.

Der **Verein der Tiroler Wirtshauskultur**, die **fh gesundheit** mit dem Studiengang Diätologie, die **FH Kufstein** mit den Studiengängen Web Communication & Information Systems und Web Business & Technology, sowie der **Cluster Wellness der Standortagentur Tirol** haben sich gemeinsam das Ziel gesetzt, die Tiroler Gastronomiebetriebe mit einem innovativen, online-unterstützten Schulungsprogramm auf die Bedürfnisse der Gäste von heute optimal vorzubereiten.

Konkret werden drei Kostformen auf Basis der aktuellen ernährungsmedizinischen Empfehlungen geschult und mittels einer Lernplattform digital aufbereitet, um eine zeit- und ortsunabhängige Fortbildung in der Gastronomie zu ermöglichen. Für die Gäste wird eine digitale Landkarte entwickelt, auf der sie das für sie passende Speisenangebot schnell und einfach finden – und dann unbeschwert genießen können.



Tiroler Wirtshauskultur

[Website »](#)



fh gesundheit

[Website »](#)



FH Kufstein

[Website »](#)

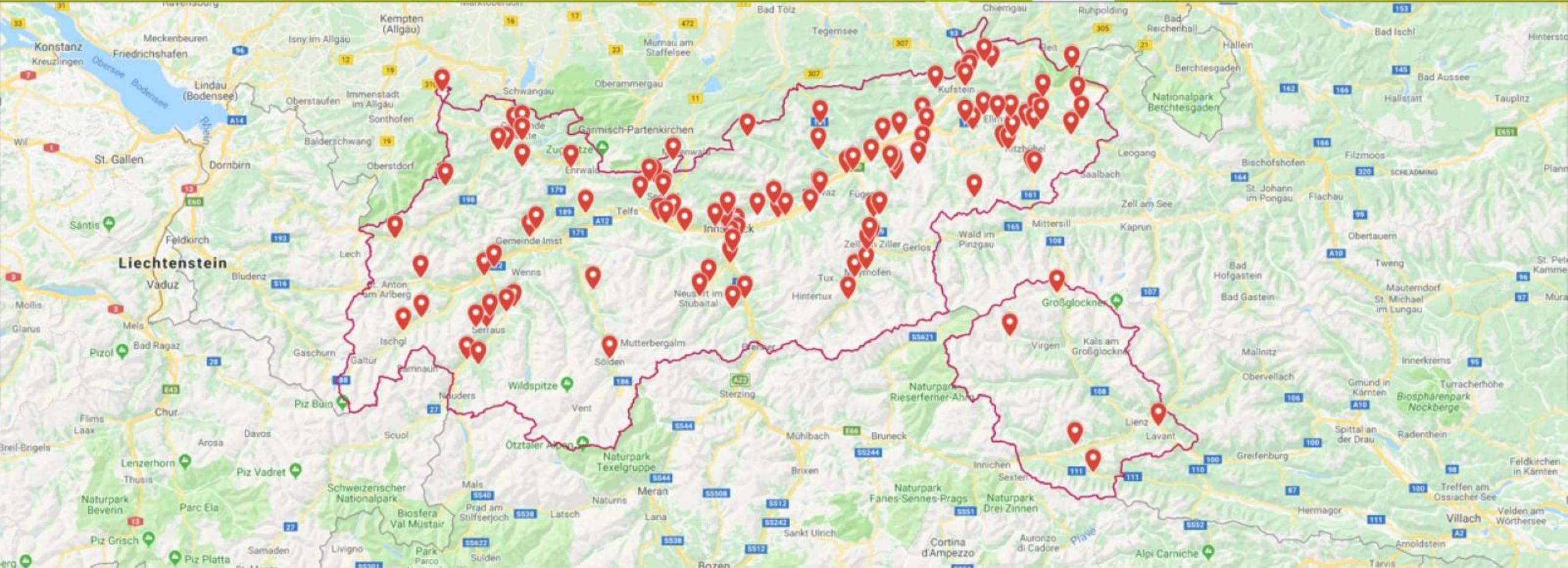


Cluster Wellness

[Website »](#)

Finanziert von





Kategorie Standort

SUCHE

STARTSEITE



Share this page



Danke!

Mag. Peter Weigand

Dr. Michael Kohlegger

Carina Wahler, BSc

Judith Erler, BSc

Mag. Johannes Rohm

Andrea Haas, BA

Mag.^a (FH) Jeannine Hermann



fruktosearm

Einschränkung bei:

- Desserts
- Kuchen, Fertigbackwaren
- Süß-saure Gerichte
- Suppenpulver, Balsamicoessig, Konserven

Vorsicht bei:

- Zuckerfrei
- Zuckerreduziert
- ohne Zuckerzusatz
- Kann Fructose oder Sorbit enthalten

(Terler/ Weber 2014)

Es geht auch ohne Fructose:

- Fleisch, Fisch, Eier
- Brot,
- Milch, Butter, Margarine,
- Kräuter, Salz
- Traubenzucker, Dextrose, Süßstoffe



esstisch.tirol

leicht & guat

das MEHR an...

- Vitaminen
- Mineralstoffen
- Ballaststoffen
- Gemüse, Salat
- Sprossen, Kräuter
- Obst, Nüsse, Samen
- Pflanzenfette

für ein MEHR an...

- Genuss
- Energie
- Wohlbefinden
- Dämpfen, Kurzbraten