



Maaltijden in Petit Repos

Bij Petit Repos kiezen we bewust voor vegetarische maaltijden. Hoewel dat soms de wenkbrauwen doet fronsen, is deze keuze geworteld in enkele doordachte en waardevolle principes.

Een holistische visie

Wij geloven dat lichaam, geest en ziel onlosmakelijk verbonden zijn. Wat goed is voor je lichaam, ondersteunt je geest. Omgekeerd kan voeding die je lichaam belast, ook je mentale welzijn beïnvloeden. Daarom vormen volwaardige, onbewerkte producten — zoals volkoren rijst, noten, zaden en vers fruit — het fundament van onze keuken.

Zorg voor onze leefomgeving

De impact van vleesproductie op de aarde is groot. De omzetting van plantaardige naar dierlijke voeding is zeer energie-intensief en belast het milieu. Binnen de geneeskunde wordt de link tussen een gezond milieu en onze eigen fysieke én mentale gezondheid bovendien steeds duidelijker.

Eerlijk en lokaal

Veel vlees uit de bio-industrie is afhankelijk van veevoeder uit verre landen, wat de ecologische voetafdruk vergroot en bijdraagt aan sociale ongelijkheid.

Onze conclusie is simpel:

Bij Petit Repos nodigen we je uit om de puurheid te proeven.

Kiezen voor lokale, seizoensgebonden groenten en fruit is gezonder voor je lichaam, beter voor de planeet en rechtvaardiger voor de samenleving.