



I tre migliori ristoranti vegani di Londra

Lo sappiamo tutti che Londra è la capitale europea dei vegani, la più alta concentrazione di ristoranti e locali vegan, superiore a qualsiasi altra capitale europea. Tra buona cucina e particolarità del locale, i tre ristoranti dove si mangia meglio e l'accoglienza è impeccabile, sono diventati ormai icone della città.

Prendete nota, se passate da Londra questi ristoranti non dovete assolutamente perderli, chiaramente vale anche per i non vegani, mangiare bene non è solo una prerogativa dei vagan's ☐

222 Veggie Vegan

La salute prima di tutto in questo ristorante, qui non solo si mangia vegan, la cucina è tendenziosamente salutista, hanno eliminato ogni tipo di grassi, vegetali ovviamente, incluso il sale, che come sappiamo fa malissimo. Offre un ottimo buffet e il menù a la carte, per i più pigri la consegna è a domicilio. I piatti non occorre dirlo, sono ottimi e salutari.

Mildreds

Locale nel quale ogni vegano e non deve assolutamente andare almeno una volta a mangiare piatti ricchi con una connotazione internazionale, alta qualità dei cibi e ottimo servizio. Il locale del perfetto vegano, ricercato e raffinato dove mangiare piatti naturali con una perfetta preparazione, oggi Mildreds si fa in tre per accogliere meglio i clienti.

Vantra

È sicuramente il ristorante più singolare del mondo, decisamente all'avanguardia sia per la cucina sia per la scelta di offrire piatti nutrienti e salutari. Prodotti biologici e il meglio delle materie prime per la preparazione di grandi cibi, la filosofia è che i piatti devono essere consumati al naturale, in prevalenza crudi. Una cucina oltre che vegana anche dimagrante, piatti crudi e cotti ma per tenere sotto controllo il peso o perdere quel filo di pancia che da fastidio.

Tre grandi ristoranti esclusivamente vegani, nella città tra le più popolate al mondo, i vegani non sono più una semplice minoranza, ma sono socialmente un pezzo importante della comunità londinese.