

## Ristorante Totale: 7 massas de pizza para uma oferta saudável e inclusiva

### [Multimedia](#)

**O Restaurante Totale, em Lisboa, oferece até sete massas de pizza diferentes, com um menu adaptado a todos os gostos e destinado a todos.**

Muitas pessoas se perguntam se é saudável comer pizza e no Ristorante Totale a resposta é clara: sim. O motivo? Este restaurante 100% italiano tem até 7 tipos de massa de pizza que a tornam uma opção para todos os gostos e totalmente saudável, também para quem tem alguma alergia ou intolerância. E mais, com a garantia de ter um produto de qualidade e autêntico.

Na Totale, a pizza é muito mais do que um prato, é uma experiência gastronómica que honra a autenticidade e a qualidade da cozinha italiana. Para isso, tem uma variedade de opções para os clientes, que podem escolher entre sete tipos de massa, cada uma com a sua própria personalidade e textura.

Uma delas é a original e clássica massa italiana, perfeita para quem procura uma experiência autêntica. Da mesma forma, a massa fina é leve e estaladiça, ideal para quem gosta de texturas delicadas. A massa de açafrão tem um sabor picante e é uma massa saudável e original. A massa nuvola é macia e arejada e é inspirada nas massas mais fofas, oferecendo uma textura única.

Por outro lado, o Ristorante Totale tem uma massa sem glúten, concebida para celíacos e para aqueles que preferem evitar o glúten, sem sacrificar o sabor. Por fim, tem também a massa negra, com um toque de carvão e que surpreende tanto no sabor como na apresentação, bem como a massa de cereais, rica em fibras e perfeita para quem procura uma opção nutritiva e cheia de sabor.

Desta forma, a Totale oferece uma vasta gama de opções saudáveis para os seus clientes. As suas massas, feitas com levedura-mãe e sujeitas a um processo de fermentação mínimo de 72 horas, garantem uma melhor digestão e uma textura perfeita. Este processo de fermentação lenta, combinado com ingredientes italianos de primeira qualidade, faz a diferença, oferecendo pizzas saborosas e leves para o estômago.

Para além disso, a Totale aposta na inclusão alimentar, oferecendo opções para todos. Os celíacos encontrarão uma deliciosa alternativa sem glúten, enquanto os veganos e vegetarianos podem desfrutar de uma variedade de pizzas e massas feitas com ingredientes frescos e naturais e sem produtos de origem animal.

Em Portugal, de acordo com um estudo efectuado pela Associação Portuguesa de Celíacos, estima-se que 1% da população portuguesa tenha doença celíaca. Este estudo confirma que existem apenas cerca de 15.000 celíacos diagnosticados, mas estima-se que existam entre 85.000 e 100.000 celíacos não diagnosticados em Portugal. Assim, no Ristorante Totale, todas estas pessoas são bem-vindas para saborear uma boa pizza 100% italiana sem pôr em risco a sua saúde.

Em suma, cada pizza e cada prato de massa no Totale é um tributo à tradição culinária italiana. Todos os ingredientes são cuidadosamente selecionados, importados diretamente de Itália para garantir uma autenticidade sem igual. Desta forma, o restaurante distingue-se de outras opções no mercado. Aqui, cada comensal, independentemente das suas preferências ou restrições alimentares, encontrará uma pizza ou massa que o fará sentir-se especial e cuidado.

### Sobre o Ristorante Totale

O Ristorante Totale pertence ao grupo Italian Fooding e tem quatro restaurantes em Lisboa. É um restaurante italiano conhecido pela sua dedicação à cozinha autêntica e de alta qualidade. O Ristorante Totale distingue-se por ser pioneiro num conceito gastronómico que alia a excelência gourmet a um compromisso inabalável com a qualidade dos seus ingredientes e a diversidade das suas massas. Com especial atenção às necessidades dietéticas contemporâneas, o restaurante destaca-se por oferecer opções sem glúten e veganas de elevada qualidade.

---