Publicado en Salamanca el 18/03/2021

# [Los mejores helados artesanales en Salamanca según Café Novelty](http://www.notasdeprensa.es)

## Con la primavera a punto de estrenarse y con el calor apretando empieza a apetecer cambiar el menú diario por alimentos más frescos: ensaladas, fruta fresca y helados

 Lo cierto es que nadie puede resistirse al rico helado, es el postre por excelencia entre niños y no tan niños, pero está un poco demonizado debido a la cantidad de azúcar y calorías que pueden aportarnos si no se sabe elegir bien. Pero comer helado en época donde el calor acecha, trae muchos beneficios y muchos de ellos seguro desconocidos. Es una importante fuente de vitaminas y calcio. Un helado de leche o crema aporta proteínas, calcio, fósforo, magnesio, sodio, potasio y vitaminas sobre todo del grupo B. Aporta energía. Es rico en hidratos de carbono, por lo que una porción moderada dará la energía suficiente para hacer frente a la rutina diaria. Hace feliz. Y si se hace en compañía de amigos, familia, etc. la felicidad de multiplica. Es rico en triptófano por lo que el cuerpo aumenta la serotonina, la hormona de la felicidad. ¿Sorprendente no? Pues hay más. Hidrata. Es un alimento que contiene agua y la sensación de frío, refresca la garganta. Es efectivo para el estrés. Si optas por sabores como la vainilla o el chocolate, se estará ingiriendo caseína, un elemento que ayuda a reducir el estrés generando endorfinas. Fortalece los huesos debido a la cantidad de calcio que aporta. Si están elaborados artesanalmente la cantidad de grasa de reduce al 6%. Y si lo que preocupa son las calorías, opta por helados bajos en grasa y descarta los helados de hielo que suelen contener más azúcar y aditivos. No hay nada como sentarse a disfrutar de un helado en Salamanca en cualquiera de sus terrazas. Lo afirma rotundamente la Cafetería Café Novelty en la Plaza Mayor de Salamanca, por lo que tomarse un helado en su terraza es multiplicar el placer por mil, ya que está considerada una de las plazas más bellas de la Unión Europea. La terraza del Café Novelty es sin duda la más dinámica, alegre y soleada de la Plaza Mayor. Sol de invierno, bullicio en primavera y dulce melancolía otoñal definen este espacio único desde el que contemplar el esplendor barroco y el ritmo popular de la Plaza, mientras se saborea cualquiera de los famosísimos Helados del Novelty con más de un siglo de historia. Tiempo suficiente para haber aprendido a realizar helados artesanales que son un auténtico deleite para el paladar. En Café Novelty podrá disfrutarse de helados en Salamanca como en ningún otro lugar. Helados, batidos, granizados y rica horchata. En tulipa o en copa de cristal.

**Datos de contacto:**

Café Novelty

+34 923 219 990

Nota de prensa publicada en: [https://www.notasdeprensa.es/los-mejores-helados-artesanales-en-salamanca](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorias: Gastronomía Castilla y León Restauración



[**http://www.notasdeprensa.es**](http://www.notasdeprensa.es)