



فيصل المطوع

خبير تغذية وفنون الطهي

كويتي - الكويت

اقرأ المزيد

من هو فيصل المطوع

فيصل المطوع هو خبير تغذية وفنون طهي كويتي متخصص في إعداد الوجبات الصحية والمبتكرة. يركز في عمله على مساعدة الأفراد، وخاصة الرياضيين ومتابعي الحميات الغذائية، على تحقيق أهدافهم الصحية والبدنية من خلال محتوى متخصص يقدمه عبر منصات التواصل الاجتماعي. يجمع فيصل بين معرفته العلمية بالتغذية وشغفه بفنون الطهي، وهو ما يتجلى في الوصفات التي يشاركها، والتي تتميز بكونها غنية بالبروتين وقليلة السعرات الحرارية وسهلة التحضير. من خلال قنواته على يوتيوب وإنستغرام وتيك توك، يقدم فيصل المطوع مكتبة واسعة من الوصفات الصحية التي تناسب أهدافاً متنوعة مثل فقدان الوزن، بناء العضلات، أو اتباع نمط حياة صحي. تتنوع وصفاته بين الوجبات الرئيسية والحلويات والوجبات الخفيفة، مع التركيز على استخدام مكونات صحية وبدائل مبتكرة للمكونات التقليدية. وبفضل هذا النهج، استطاع بناء مجتمع قوي من المتابعين الذين يثقون في خبرته ويطبقون وصفاته بشكل يومي.

إنجازات فيصل المطوع

نجح فيصل المطوع في بناء حضور مؤثر على منصات التواصل الاجتماعي، حيث أصبح مرجعاً موثقاً في مجال التغذية الصحية والوصفات العملية في الكويت ومنطقة الخليج. يقدم مكتبة رقمية غنية بالوصفات المبتكرة التي تخدم فئة واسعة من المهتمين بالصحة واللياقة البدنية، من المبتدئين إلى الرياضيين المحترفين. يعتبر تخصصه الأكاديمي من مؤسسة "لو كوردون بلو" المرموقة في لندن إنجازاً بارزاً، حيث يدمج بين فنون الطهي الراقية وعلم التغذية الحديث. هذا المزيج الفريد يمكنه من ابتكار وجبات صحية دون التضحية بالطعم، مما يساعد متابعيه على الالتزام بأنظمتهم الغذائية بسهولة ومتعة.