صحيفة تكشف عن البرنامج الغذائي الذي حوّل هالاند إلى مهاجم لا يرحم

تواصل وسائل الإعلام البريطانية تسليط الضوء على تألق النرويجي إيرلنغ هالاند، مهاجم مانشستر سيتي؛ في محاولة منها لكشف أسرار أكثر حول انفجاره التهديفي.

وسجل هالاند 15 هدفاً في الجولات العشر الأولى من الدوري الإنجليزي لموسم 2022-2023، مع وجود مباراة مؤجلة لـ"السيتزنس"، أضاف إليها 5 أهداف أخرى في ثلاث مباريات بدوري أبطال أوروبا.

ومن بين أهدافه الـ15 في "البريميرليغ"، أحرز هالاند 9 أهداف من ثلاث ثلاثيات (هاتريك)، هز فيها شباك نوتنغهام فورست وكريستال بالاس ومانشستر يونايتد.

البرنامج الغذائي الذي يتبعه هالاند

وأبرزت صحيفة sun the البريطانية، تصريحات هالاند التي أدلى بها في فيلم وثائقي حمل عنوان "القرار الكبير"، كشف فيها تفاصيل نظامه الغذائي ونوعية الطعام الذي يمده بالطاقة اللازمة، ويحافظ به على لياقته البدنية.

وقال هالاند: "أنا مهتم كثيراً بالعناية بجسدي، وأعتقد أنّ تناول الطعام المحلي (المُعد منزلياً) عالي الجودة أهم شيء".

وأضاف النرويجي: "هناك اعتقاد عند الناس مفاده أن اللحوم سيئة، ولكن أية لحوم تلك؟ اللحوم التي تُباع في محلات الوجبات السريعة؟ أم لحوم الحيوانات المنزلية التي تتغذى على العشب الأخضر".

وتابع: "أنتم لا تأكلون الطعام الذي أتناوله، أنا أتناول القلب والكبدة".

وتوضح "ذا صن" فائدة القلب والكبد، حيث يعتبران من المأكولات الغنية بفيتامين "ب" وبالحديد والفسفور والنحاس والماغنيسيوم.

ولا يكتفي هالاند، البالغ من العمر 22 عاماً، بهذه المأكولات، بل لديه نظام آخر يتعلق بتعرضه لعدة دقائق يومياً لأشعة الشمس.

وأوضح هداف الدوري الإنجليزي في الموسم الحالي: "حين أستيقظ من النوم صباحاً، أول شيء أفعله هو الجلوس في الشمس والتمتع بضوئها، فهذا أمر مفيد للساعة البيولوجية"، وفق هالاند.

وأتم: "كما أحاول تصفية المياه في جسدي أيضاً، وهذا يعود بالفائدة الكبيرة على جسدي".

وتؤكد "ذا صن" أن هالاند يحرص دائماً على تناول الجبن والبيض، حيث يقوم بطلبه من الطهاة في نادي مانشستر سيتي.

وجبة يحضّرها والد هالاند قبل المباريات

وكان هالاند قد كشف قبل أيام، عن سر انفجاره التهديفي هذا الموسم، مشيراً إلى وجبة طعام يقوم والده ألفي بتحضيرها له، ويتناولها بشكل دائم قبل المباريات.

وقال هالاند: "والدي صنع لي اللازانيا قبل آخر ثلاث مباريات في الدوري، وأعتقد أنه يضع شيئاً مميزاً فيها".

وترى الصحيفة البريطانية أن وجبات العشاء الإيطالية، التي يقوم والد هالاند بتجهيزها منزلياً، قد غذّت طموحات المهاجم "الفذ".

وابتعد هالاند في صدارة هدافي الدوري الإنجليزي الممتاز، بإحرازه 15 هدفاً من تسع مباريات، وهو أمر دفع مختلف وسائل الإعلام على الاعتراف بأن النرويجي في طريقه إلى الفوز بجائزة الحذاء الذهبي.

وأكد أن هالاند سيحطم العديد من الأرقام القياسية لا محالة، في أول مواسمه مع الكرة الإنجليزية، في حال استمر على هذا الأداء.