



resource®



SNABBA OCH GODA RECEPT SOM GER ENERGI

Att äta handlar om mer än att bara få i sig föda. En varierad kost med olika smak och innehåll kan dessutom höja aptiten och lusten att äta. Syftet med det här bladet är att ge förslag och inspiration på nya rätter till de som har fått produkter rekommenderade av läkare eller dietist.

Här är några idéer på lätt och snabb mat som både ger energi och matglädje!

GOD APTIT ÖNSKAR
NESTLÉ HEALTH SCIENCE



Förpackningarna uppdateras under 2017-2018.

Information till patienter
Livsmedel för speciella medicinska ändamål och
ska användas i samråd med sjukvårdspersonal

 **Nestlé**
HealthScience



resource®



RESOURCE® 2.0+fibre

Te eller Kaffe latte: Ersätt mjölken i te/kaffe med Resource 2.0+fibre mild vaniljsmak eller kaffesmak. Du kan även göra iskaffe!

Flytande Romerska bågar: Blanda Resource 2.0+fibre chokladsmak med Resource Addera Plus apelsin i lika delar. Den är jättegod!

Mannafrutti: Blanda Resource 2.0+fibre mild vaniljsmak och mannagrynsgröt i lika delar.



RESOURCE® Addera Plus

Addera Fizz: Blanda en del Resource Addera Plus med en del mineralvatten, läsk eller saft.

Näringsrika isbitar: Frys Resource Addera Plus i iskuber och ha till saft, juice mm.

Läskande glasspinne: Häll upp valfri Resource Addera Plus i mindre glas. Vik ett sugrör på mitten och placera de två ändarna ner mot botten av glaset. Låt frysa över natten.



RESOURCE® Senior Activ

Äppelkaka/paj: Byt ut gräddmjölken till krämen eller vanilj-såsen mot Resource Senior Activ vaniljsmak.

RESOURCE® Complete

Blanda Resource Complete med uppvärmt vatten i en redningsbägare. Tillsätt redningen till färdiglagad mat eller dryck, t.ex. potatismos, soppa eller gröt. Det höjer maten/dryckens energi- och näringsinnehåll utan att påverka smaken eller konsistensen.



RESOURCE® Komplet Näring 1.5

Skumbanansmak: Blanda Resource Komplet Näring 1.5 chokladsmak med Resource Komplet Näring 1.5 banansmak!

Godare välling: Byt ut vattnet i vällingen mot Resource Komplet Näring 1.5 vaniljsmak.

Fungerar även med andra Resource vaniljsmacksprodukter!



ThickenUp® Clear för konsistensanpassning

Näringsrik kräm: Blanda 2–3 skopor ThickenUp Clear med 100 ml Resource Addera Plus. Servera krämen med mjölk/

gräddmjölk eller varför inte toppa med Resource Senior Activ vaniljsmak?

FLER TIPS:

Frukost med energi:

Ta 30 g müsli eller frukostflingor och 100 ml Resource 2.0 vanilj-, aprikos- eller jordgubbsmak.

Glass med chokladsås eller kaffesmak:

Toppa en skopa vaniljglass med Resource Protein chokladsmak eller kaffesmak.

Chokladpudding:

Blanda 1 flaska valfri Resource choklad- eller kaffesmak med 0,25 dl mjölk och 2 portioner chokladpudding-pulver. Häll upp i serveringskålar och låt stelna innan servering.

Kom ihåg att Resource chokladsmak och kaffesmak går utmärkt att värma!

Resource 2.0 & Resource 2.0+fibre går jättebra att frysa.