

Ett komplett berikningspulver med neutral smak

Resource® Complete är ett lösligt och näringsmässigt komplett pulver med neutral smak. Pulvret blandas i varm mat och dryck och höjer dess energi- och näringsinnehåll. Det är därför särskilt bra att använda när aptiten är liten och man vill ha mycket näring men små portioner.

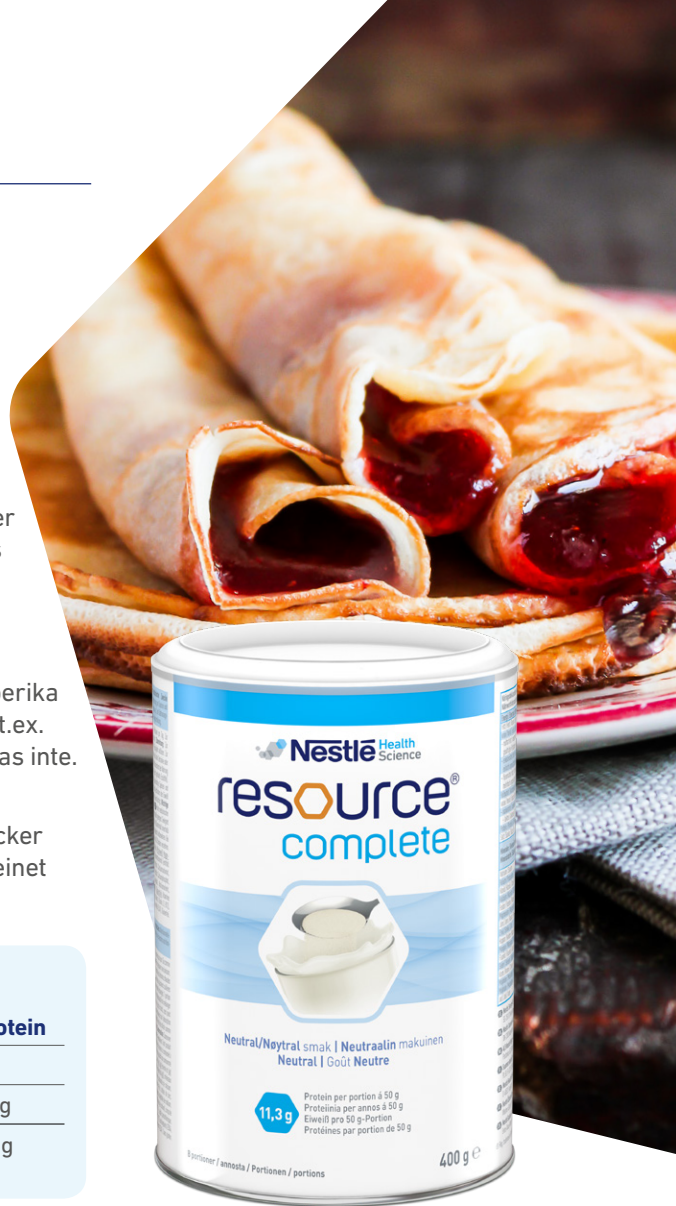
Så doserar och blandar du

För att tillreda dryck, lös upp en portion (50 g pulver) i vätska. För att berika maträtter, tillsätt Resource® Complete till varma eller kalla maträtter (t.ex. soppa, puré, yoghurt) och rör om. Matens smak och konsistens påverkas inte. 1 portion motsvarar 50 g (ca 4 något rågade matskedar).

Observera: Resource® Complete bör inte blandas i maträtter eller drycker med hög syrahalt (t.ex. fruktjuice), eftersom syran kan orsaka att proteinet fälls ut. Det påverkar emellertid inte upptaget av näringsämnen.

DOSERING OCH NÄRINGSINNEHÅLL

Mängd	Energi	Fett	Kolhydrat	Protein
25 g = ca 2 msk	97 kcal	1 g	16 g	6 g
50 g = ca 4 msk	193 kcal	2 g	33 g	11 g
100 g = ca 1½ dl = 2 portioner	385 kcal	4 g	65 g	23 g



Välling

- 2 dl välling
- 2 msk Resource® Complete

Blanda vällingpulver och Resource® Complete med kallt vatten. Värm till önskad temperatur.

Havregrynsgröt

- 2 dl standardmjölk 3 % fetthalt
- 1 tsk smör
- 1 dl havregryn
- 2 msk Resource® Complete

Blanda havregryn, smör och mjölk. Koka till en färdig gröt. Rör ut Resource® Complete med lite uppvärmt vatten och blanda ned i gröten. Gör ett snabbt uppkok.

Risgrynsgröt

- 2 dl färdig risgrynsgröt
- 1 tsk smör
- 2 msk Resource® Complete

Blanda Resource® Complete med lite uppvärmt vatten. Tillsätt till den färdiga gröten. Gör ett snabbt uppkok.



NÄRINGSVÄRDE PER PORTION

	Berikad	Icke berikad
Energi:	236 kcal	140 kcal
Fett:	4,8 g	3,8 g
Kolhydrat:	34,7 g	18,4 g
Protein:	12,9 g	7,2 g

Energi:	384 kcal	288 kcal
Fett:	13,5 g	12,5 g
Kolhydrat:	46,3 g	30 g
Protein:	17,4 g	11,8 g

Energi:	303 kcal	207 kcal
Fett:	9 g	8 g
Kolhydrat:	43 g	26,7 g
Protein:	12 g	6,4 g

Information till patient

Resource® Complete är ett livsmedel för speciella medicinska ändamål, används på inrådan av dietist eller läkare.

Omelett

- 1 ägg
- 2 msk Resource® Complete
- 1½ msk matlagingsgrädde, 15 % fetthalt
- Salt och peppar
- 1 msk smör till stekning

Blanda ägg och grädde. Tillsätt Resource® Complete. Krydda med salt och peppar. Tillaga omeletten snabbt i het stekpanna.



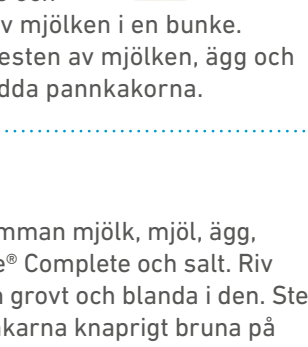
NÄRINGSVÄRDE PER PORTION

	Berikad	Icke berikad
Energi:	321 kcal	225 kcal
Fett:	22,1 g	21,1 g
Kolhydrat:	17,5 g	1,3 g
Protein:	13,8 g	8,2 g

Pannkaka

- ¾ dl vetemjöl
- 4 msk Resource® Complete
- 1¾ dl mellanmjölk
- 1 ägg
- 1 krm salt
- 2 msk smör till stekning

Blanda vetemjöl, Resource® Complete och hälften av mjölken i en bunke. Tillsätt resten av mjölken, ägg och salt. Grädda pannkakorna.



Energi:	722 kcal	529 kcal
Fett:	34,8 g	32,9 g
Kolhydrat:	74,1 g	41,5 g
Protein:	28,8 g	17,5 g

Raggmunk

- 1 medelstor potatis
- 1 dl standardmjölk, 3 % fetthalt
- ¼ dl vetemjöl
- 1 ägg
- 3 msk Resource® Complete
- 1 krm salt
- 1½ msk smör till stekning

Vispa samman mjölk, mjöl, ägg, Resource® Complete och salt. Riv potatisen grovt och blanda i den. Stek raggmunkarna knaprigt bruna på båda sidor.

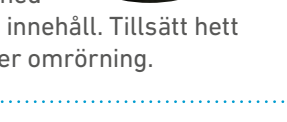


Energi:	570 kcal	426 kcal
Fett:	28,5 g	27,1 g
Kolhydrat:	55,2 g	30,8 g
Protein:	22,4 g	14 g

Varma Koppen-soppa

- 1 kopp Varma koppen 250 ml, t.ex. Champinjonsoppa
- 3 msk Resource® Complete

Blanda Resource® Complete med soppåsens innehåll. Tillsätt hett vatten under omrörning.



Energi:	307 kcal	163 kcal
Fett:	7,4 g	6 g
Kolhydrat:	48,7 g	24,2 g
Protein:	11,2 g	2,8 g

Grönsakssoppa

- 2 dl färdig grönsakssoppa (t.ex. ärtsoppa)
- 2 msk Resource® Complete

Värm den färdiga soppan. Gör en redning med Resource® Complete och lite uppvärmt vatten. Tillsätt redningen till soppan. Värm till önskad temperatur.

Energi:	209 kcal	113 kcal
Fett:	2,0 g	1,0 g
Kolhydrat:	29,1 g	12,8 g
Protein:	14,1 g	8,4 g

Potatismos

- 1 dl potatismospulver
- 3 dl standardmjölk, 3 % fetthalt
- 4 msk Resource® Complete
- 1 tsk smör
- Salt och peppar

Koka upp mjölken och ta av kastrullen från värmen. Blanda potatismospulver och Resource® Complete. Vispa ner pulverblandningen i mjölken under omrörning. Smaka av med salt, peppar och en klick smör.

Energi:	341 kcal	245 kcal
Fett:	19,2 g	8,2 g
Kolhydrat:	48,4 g	32,2 g
Protein:	14,2 g	8,5 g