



Priprava hrane s spremenjeno teksturo

Dobra hrana za oskrbo starejših



Priprava hrane s spremenjeno teksturo

Dobra hrana za oskrbo starejših



Food Preparation Machines
Made in Sweden

**Avtor navodil za pripravo hrane s spremenjeno teksturo
je podjetje AB Hällde Maskiner.**

Besedilo: Jan Sigurdh, AB Hällde Maskiner

Viri: Livsmedelsverket (švedska nacionalna uprava za prehrano)
– “Bra mat i äldreomsorgen”, “Meny och Mat”, www.slv.se.

Prehrana – www.kostochnaring.se

Priročnik o prehrani – Občina Ljusdals, Kjell Olsson

Platnica, postavitev in ilustracije: Eyeris Reklam, Haninge

Slike in grafika: AB Hällde Maskiner in
Thinkstockphotos.com

AB Hällde Maskiner
Poštna št. 1165, S-164 26 KISTA
ŠVEDSKA
Tel.: +46 (0)8 587 730 00
Faks.: +46 (0)8 587 730 30
Spletna stran: hallde.com
E-naslov: info@hallde.com



Vsebina

Uvod	7
LESTVICA TEKSTURE ŽIVIL	9
• Hrana v kosu in razrezana hrana	9
• Groba pašteta.....	9
• Timbale.....	9
• Žele	10
• Gosta tekočina	10
• Redka tekočina.....	10
HRANILNE PIJAČE IN PRAŠKI Z VEČ MIKROHRANILNIMI SNOVMI	13
• Popolne hranilne pijače.....	13
• Bistre hranilne pijače	13
• Praški z več mikrohranilnimi snovmi	13
IZBERITE USTREZNO KUHINJSKO NAPRAVO	15
• Naprave HALLDE	15
• Tabela: Rezultat in izbira naprave.....	16
• Navpični rezalnik/mešalnik HALLDE.....	18
• Naprava za pripravo zelenjave HALLDE	19
• Kombinirani rezalnik HALLDE.....	20
• Mešalnik HALLDE	21
NAČRTUJTE PRIPRAVO DOBRE HRANE IN IZBERITE ŽIVILA.....	23
• Zrna, koruzni kosmiči in kruh.....	23
• Zelenjava	24
• Sadje in jagodičevje.....	24
• Krompir, riž in zrna	25
• Sveže in soljeno meso.....	25
• Ribe	26
• Mleko in mlečni izdelki.....	26
• Omake in prelivi	27



Pričakovana življenjska doba in povprečna starost se povečujeta. Vedno večje število ljudi potrebuje pomoč v obliki hrane s spremenjeno teksturo. Hrana in obroki so pomembni – ne samo za zadovoljevanje potrebe po hranilnih snoveh in energiji, ampak tudi zaradi boljše kakovosti življenja. Staranje poveča tveganje bolezni in podhranjenosti. Zato je nadvse pomembno, da je hrana, postrežena starejšim, višje kakovosti in prilagojena njihovim potrebam, navadam in zahtevam.

Podjetje HALLDE je pripravilo nasvete in namige o tem, kako je mogoče uporabljati naprave in opremo HALLDE pri pripravi hrane s spremenjeno teksturo za oskrbo starejših. Njihov namen je poudariti pomembne vidike glede hrane s spremenjeno teksturo za starejše in osveščati osebje, ki skrbi za njih. Nasveti v večji meri temeljijo na priporočilih švedske nacionalne uprave za prehrano (Livsmedelsverket).

” *Staranje poveča tveganje bolezni in podhranjenosti. Zato je nadvse pomembno, da je hrana, postrežena starejšim, višje kakovosti in varnosti ter je prilagojena njihovim potrebam, navadam in zahtevam.*

Lestvica teksture živil

Veliko starejših oseb v zdravstveni negi potrebuje hrano s spremenjeno teksturo zaradi težav pri žvečenju in požiranju. Razne teksture so obrazložene v *lestvici teksture živil*, razdeljene pa so v naslednje skupine:

HRANA V KOSU IN RAZREZANA HRANA

Hrana v kosu in razrezana hrana je hrana običajne teksture, ki jo po potrebi lahko razrežemo na krožniku. Primeri takšnih jedi so meso v kosu ali razrezano meso, cela riba, jedi z mletim mesom in hrenovkami oz. klobasami, zelenjava, krompir, omake in pijače. Posamezniki, ki imajo suha usta, običajno potrebujejo veliko omake zraven jedi, saj tako lažje požirajo.

GROBA PAŠTETA

Tekstura grobe paštete je svetla, mehka in groba, npr. sočna mesna štruca. Mogoče jo je enostavno razrezati in zaužiti z vilicami. Primeri jedi s takšno teksturo so grobe mesne paštete, cela kuhana riba, groba zelenjavna pašteta, dobro prekuhana zelenjava, cel in pretlačen krompir ter omake.

TIMBALE

Tekstura je gladka, mehka, kompaktna in skladna, kot je na primer omleta. Jed je mogoče zaužiti z vilicami ali žlico. Ima zmerno odpornost na žvečenje in homogeno teksturo. Je bolj porozna od grobe paštete. Primeri takšnih jedi so mesni in ribji timbale, zelenjavni timbale, zelenjavna kaša, pire krompir, pretlačen krompir in omake. Jed je treba postreči z veliko omake, saj jo je tako lažje zaužiti. Timbale je pripravljen z dobro pretlačenim pirejem, kar zagotavlja homogeno teksturo brez prisotnosti koščkov.



Užitek je toliko večji, če se različne sestavine preizkusi vsako posebej – glede na videz, okus in občutek. Zelo je pomembno, da se to upošteva pri pripravljanju hrane s spremenjeno strukturo. Pri streženju piščančjega fileja, pire krompirja, kremne omake in graha je lahko meni hrane s spremenjeno teksturo na primer naslednji: piščančji timbale, pire krompir, kremna omaka in grahov pire.

ŽELE

Tekstura je mehka in viskozna, zaradi česar ga lahko posamezniki z resnimi težavami pri požiranju enostavno zaužijejo. Hrano z želatinasto teksturo je mogoče zaužiti z vilicami ali žlico. Primeri takšnih jedi so mesni narezki in ribji žele, zelenjavni pire, hladni zelenjavni žele in pire krompir. Posamezniki, ki imajo težave pri požiranju, lahko hrano veliko lažje zaužijejo, če je ta postrežena z veliko omake. Žele je mogoče zamenjati tudi z gosto omako s teksturo kisle smetane, holandske omake ali jajčne kreme. Hrana z želatinasto teksturo je pripravljena iz dobro pretlačenega pireja in želatine. To jo naredi tresoč in homogeno, ki se v ustih stopi. Pri pripravi takšne vrste hrane je še posebej pomembno, da upoštevate stroge higienske standarde, saj jo strežemo hladno.

GOSTA TEKOČINA

Tekstura je gladka in viskozna, podobna pa je kisli smetani. Po kapljicah steče z žlice in jo je mogoče zaužiti z vilicami. Primeri takšnih jedi so podobni hrani s tekočo teksturo, vendar so v gostejši obliki. Tekstura je popolnoma gladka, brez prisotnosti koščkov ali grudic.

REDKA TEKOČINA

Tekstura je gladka in tekoča, podobna pa je paradižnikovi juhi. Steče z žlice in je ni mogoče zaužiti z vilicami. Primeri takšnih jedi so obogateni meso, ribja in zelenjavna juha, postrežena s kislom smetano ter sadna juha s stepeno smetano. V to teksturo uvrščamo gladko, obogateno, vročo ali hladno juho. Tekstura je popolnoma gladka, brez prisotnosti koščkov ali grudic. Redka tekočina je manj kremasta od goste tekočine.



Ker samo zaužita hrana zagotavlja hranilne snovi in energijo, je zelo pomembno, da sestavo in velikost porcije prilagodite potrebam, navadam in zahtevam starejših.



TIMBALE



GROBA PAŠTETA



HRANA V KOSU IN RAZREZANA HRANA



ŽELE



GOSTA TEKOČINA



REDKA TEKOČINA

” *Negovalci morate biti še posebej pozorni na razlike med različnimi hranilnimi pijačami in praški z več mikrohranilnimi snovmi, in sicer kdaj jih je treba uporabiti in kako jih je treba postreči in dodati. Prednost dajte hranilnim pijačam, ki so bogate s hranilnimi vrednostmi, saj je tako starejšim lažje zadostiti dnevne potrebe.*

Hranilne pijače in praški z več mikrohranilnimi snovmi

Če potrebe po hranilnih snoveh in energiji ni mogoče zadovoljiti z običajno prehrano, so hranilne pijače primeren dodatek. Hranilne pijače morajo biti energetske bogate z visoko hranilno vrednostjo. Mešalnik HALLDE je idealen za pripravo energijskih pijač s pomočjo receptov z izračunano hranilno vsebnostjo.

POPOLNE HRANILNE PIJAČE

Popolna hranilna pijača mora zadostiti celotni potrebi telesa po energiji in hranilnih snoveh. V teoriji to pomeni, da se je mogoče hraniti samo s hranilnimi napitki. Popolna hranilna pijača vsebuje veliko vlaknin in je zato še posebej koristna v primeru zaprtja ali diabetesa. Po drugi strani pa je seveda dobro spreminjati vsebino in pijače pripravljati z različnimi stopnjami energetske gostote, količine beljakovin, vsebnosti vlaknin in okusa, prilagojenimi potrebam starejših. Popolna hranilna pijača je zato idealna kot vmesni, večerni ali nočni obrok.

BISTRA HRANILNA PIJAČA

Ker je bistra hranilna pijača praktično brez maščob, ima bister videz, podoben limonadi, z značilnim sladkim okusom, zaradi česar je najbolj primerna kot pijača med obrokom, v primeru slabosti ali absorpcije maščob. Prednost je treba dati energetsko najbogatejšim bistrim pijačam.

Diabetiki morajo pijačo zaužiti pri obroku, saj se tako prepreči bistveno naraščanje ravni sladkorja v krvi. Spremenite energetske gostoto, količino beljakovin in okus bistre hranilne pijače glede na potrebe starejših.

PRAŠKI Z VEČ MIKROHRANILNIMI SNOVMI

Obstajajo tri vrste praškov z več mikrohranilnimi snovmi, ki jih je mogoče uporabiti kot dodatek k hranilnim pijačam. Gre za energetske obogatene prašek, beljakovinski prašek in krepčilni prašek, ki jih je mogoče uporabiti kot dodatek k hrani in pijači. Dodatek smetane ali olja hrani ali pijači z namenom povečanja energetske vsebine prav tako velja za bogatenje.



” Ne glede na to, ali kuhate v veliki ali majhni kuhinji, je pametno izbrati napravo, ki obdeluje hitro, saj lahko hrano zmeljete, ne da bi jo pri tem segreli. To poenostavi pripravo hrane in ohrani okuse in hranilne snovi v hrani.

Izberite ustrezno kuhinjsko napravo

Podjetje HALLDE proizvaja številne naprave, ki so prilagojene za uporabo v zdravstvu in oskrbi starejših. Vaša izbira naprave je pomembna. Ne samo zaradi tega, ker boste lahko hrano pripravili hitro in učinkovito, ampak predvsem zato, ker boste lahko v celoti ohranili okus, barvo in hranilne snovi.

NAPRAVE HALLDE

Pri snovanju naših naprav uporabljamo 70-letne izkušnje, ki smo jih pridobili na področju priprave jedi. Razvijamo, izdelujemo in tržimo naprave za pripravo hrane visoke kakovosti, ki jih je mogoče enostavno uporabljati in čistiti.

Naprave HALLDE so idealne za pripravo hrane s spremenjeno teksturo, saj je tekstura hrane ravno tako pomembna, kot so visoke zahteve za varnost in higieno.

Naše naprave so zasnovane s poudarkom na:

- širokem razponu možnosti priprave
- visoki zmogljivosti
- popolnih rezultatih
- uporabnikom prijazni obliki in najboljši ergonomiji
- hitrem, enostavnem čiščenju in najvišjih standardih higiene
- čvrsti pritrditvi, enostavnem premikanju in praktičnem shranjevanju
- izjemni varnosti
- najvišjih standardih kakovosti

NAPRAVE HALLDE USTVARIJO PRAVE POGOJE

za uspešne rezultate



Veliko starejšim osebam se okus hrane z leti spremeni ali pa ga popolnoma izgubijo. V večini primerov je vzrok za to dejstvo, da se s staranjem vonjanje in okušanje spremenita. Dobra, ustrezno pripravljena hrana z raznoliko sestavo ustvari najboljše osnovne pogoje za njeno zaužitje. Kaj boste danes pripravili?

KAJ BOSTE DANES PRIPRAVILI?

Rezultat	Struktura	Tekstura
HRANA V KOSU IN RAZREZANA HRANA	Običajna hrana, ki jo po potrebi razrežemo na krožniku.	Tako kot pri običajni hrani.
GROBA PAŠTETA	Lahka, mehka in groba.	Kot sočna mesna štruca. Mogoče jo je enostavno razrezati in zaužiti z vilicami.
TIMBALE	Mehek, gladek, kompakten in skladen.	Kot omleta, brez koščkov. Mogoče ga je zaužiti z vilicami ali žlico.
ŽELE	Mehek in viskozen.	Kot žele iz ribeza, brez grudic/koščkov. Mogoče ga je zaužiti z vilicami ali žlico.
GOSTA TEKOČINA	Gladka in viskozna.	Kot kislá smetana. Mogoče jo je zaužiti z vilicami, vendar z vilic steče.
REDKA TEKOČINA	Gladka in tekoča.	Kot paradižnikova juha (juha iz paradižnikovega pireja) brez grudic/koščkov.
HRANILNA TEKOČINA	Gladka in tekoča.	Kot pijače.

DOBRA IZBIRA NAPRAVE

Naprava za pripravo zelenjave HALLDE	Navpični rezalnik/mešalnik HALLDE	Kombinirani rezalnik HALLDE	Mešalnik HALLDE
X		X	
	X	X	
	X	X	
	X	X	
	X	X	X
	X	X	X
	X	X	X



p. 18 – IZBERITE USTREZNO KUHINJSKO NAPRAVO

Preberite več o navpičnih rezalnikih/mešalnikih
HALLDE in prenesite brošuro.



NAVPIČNI REZALNIK/MEŠALNIK HALLDE

Podjetje HALLDE je razvilo navpične rezalnike/mešalnike, ki so prilagojeni zahtevam za pripravo hrane s spremenljivo teksturo.

Program navpičnih rezalnikov/mešalnikov HALLDE zajema šest modelov z bruto prostornino 3–6 litrov vode. Vsi modeli lahko predelajo kuhane in surove sestavine, ne da bi bilo pri tem treba dodati tekočino. To pa pomeni, da se okus, hranilna vsebnost in energetska gostota med postopkom priprave v celoti ohrani.

Navpični rezalniki/mešalniki HALLDE imajo dve hitrosti, in sicer 1.500 vrt./min. in 3.000 vrt./min. (odvisno od modela), s čemer je precej lažje pridobiti želeno teksturo.

S posebej zasnovanimi noži in edinstvenim strgalom je mogoče hrano predelati pri izjemno visoki hitrosti, ki po drugi strani zmanjša segrevanje sestavin in posledično zagotovi kakovost in ohrani hranilno vsebnost.



Pri pripravi obrokov za starejše se je treba osredotočiti na preprečevanju podhranjenosti in spodbujanju kakovostnega življenja. Izrednega pomena je, da je hrana prilagojena posameznim potrebam, navadam in zahtevam starejših.



IZBERITE USTREZNO KUHINJSKO NAPRAVO – p. 19



Preberite več o napravah za pripravo zelenjave
HALLDE in prenesite brošuro.

NAPRAVE ZA PRIPRAVO ZELENJAVE HALLDE

Naprave za pripravo zelenjave HALLDE so dobro prilagojene industrijskim kuhinjam, v katerih se pripravlja in kuha hrana s spremenjeno teksturo.

Ponudba naprav za pripravo zelenjave HALLDE zajema osem modelov z zmogljivostjo od 2 do 40 kg na minuto.

Vsi modeli imajo veliko polnilno odprtino, ki omogoča enostavno pripravo večjih kosov zelenjave, kot sta belo zelje in solata vrste ledenka. Naprave imajo širok nabor rezalnega orodja za rezanje, rezanje na rezine in trakce, rebrasto rezanje, ribanje/strganje in rezanje na kocke različnih velikosti.

Naprave za pripravo zelenjave HALLDE delujejo s hitrostjo 350 – 500 vrt./min., odvisno od modela. Hitrost je optimizirana tako, da zagotavlja najboljše možne rezultate, kar pomeni, da se hranilna vsebnost ohrani in tekočina med pripravo ni iztisnjena. To zmanjša oksidacijo in podaljša življenjsko dobo naprave.





p. 20 – CHOOSE THE RIGHT MACHINE FOR THE KITCHEN

*Preberite več o kombiniranih rezalnikih
HALLDE in prenesite brošuro.*



Kombinirani rezalniki Hallde

Kombinirani rezalniki HALLDE so kombinacija naprave za pripravo zelenjave in navpičnega rezalnika/mešalnika. Kombinirani rezalnik združuje prednosti navpičnega rezalnika/mešalnika in naprave za pripravo zelenjave, zaradi česar je idealen za pripravo hrane s spremenjeno teksturo.

Naprava deluje na enak način kot navpični rezalnik/mešalnik HALLDE, opremljena pa je s posebej zasnovanimi noži in strgalom, kar omogoča izjemno hitro predelavo. Če napravo uporabljate kot napravo za pripravo zelenjave, lahko z njo režete na rezine, na trakce, na rebraste rezine, ribate in režete na kocke na enak način, kot z napravo za pripravo zelenjave HALLDE.

Kombinirani rezalniki, ki se uporabljajo kot naprava za pripravo zelenjave HALLDE, imajo zmogljivost 2 kg na minuto, če se uporabljajo kot navpični rezalnik/mešalnik pa imajo bruto prostornino 3 litrov, kar je enako 80 porcijam.



CHOOSE THE RIGHT MACHINE FOR THE KITCHEN – p. 21

*Preberite več o mešalnikih HALLDE
in prenesite brošuro.*



MEŠALNIK HALLDE

Mešalnik HALLDE je bil razvit za pripravo hrane v profesionalnih gostinskih kuhinjah, odlično pa dopolnjuje navpični rezalnik/mešalnik HALLDE pri pripravi tekočin in sestavin z nizko viskoznostjo. Mešalnik je na primer idealen za pripravo hranilnih pijač.

Mešalnik HALLDE deluje pri spremenljivi hitrosti 15.000 vrt./min. Pri visoki hitrosti so tekočine in sestavine z nizko viskoznostjo predelane zelo hitro, na primer juhe pa je mogoče pripraviti z zelo fino strukturo.



*Različne bolezni in okvare delovanja
lahko starejšim povzročajo težave pri
žvečenju in požiranju. Teksturo hrane je zato treba
prilagoditi specifičnim potrebam starejših, ki imajo
prav tako pravico do okusne in privlačne hrane,
kot posamezniki, ki teh težav nimajo.*



„Če želimo pripraviti dobro hrano in dobro sestavljene obroke, ki izpolnjujejo priporočila o hranilnih snoveh, mora organizacija imeti dostop do osebja z odličnim znanjem in izkušnjami na področju prehrane. Takšne naloge običajno opravlja usposobljeni strokovnjak za prehrano, dietetik ali svetovalec za prehrano.

Načrtujte pripravo dobre hrane in izberite živila

Pri načrtovanju priprave hrane v sklopu oskrbe starejših ne smemo pozabiti, da so skozi vse svoje dolgo življenje odkrivali okuse in jedi, ki so jim všeč. Navade in priljubljeni okusi so pomembni dejavniki za apetit in kakovost življenja. Ker ima večina starejših zmanjšan apetit in potrebuje zadostno količino hranljivih snovi in čim več energije, je še posebej pomembno, da sestavine in jedilnike prilagodite njihovim potrebam in okusom.

ZRNA, ŽITO IN KRUH

Za veliko starejših je kruh pomembno živilo pri zajtrku in drugih obrokih. Kruh je bogat z ogljikovimi hidrati in vlakninami, vendar pa ga je v večini primerov treba dopolniti z maščobo in mesnimi narezki, ki povečajo energijo in vsebnost beljakovine. O vrsti kruha in iz katere moke je (npr. bele ali polnozrnat), se je najbolje odločiti na podlagi potreb in zahtev starejših.

Žita in kaše so bogate s hranilnimi snovmi. Kaše je mogoče pripraviti iz različnih vrst zrn in jih je mogoče energetsko obogatiti z dodatkom mleka ali maščobe.



S kombiniranim rezalnikom HALLDE lahko pripravite okusno pašteto iz suhega mesa na kruhu. Kombinirani rezalnik HALLDE lahko obdela tako kuhane kot surove sestavine, ne da bi bilo pri tem treba dodati kakršno koli tekočino.

ZELENJAVA

Večina zelenjave vsebuje pomembne vlaknine, vitamine in minerale. Hkrati pa ne zagotavlja veliko energije, saj vsebuje veliko količino vode. Zelenjava mora biti prisotna pri kosilu in večerji, vendar v majhnih količinah. Kuhano zelenjavo je lažje prežvečiti od surove, mogoče pa jo je energetsko obogatiti in zmehčati z malo maščobe ali z dušenjem. Surovo zelenjavo in solato je mogoče razrezati na koščke ali fino nastrgati ter obogatiti z oljnim prelivom.



Z napravo za pripravo zelenjave HALLDE je mogoče enostavno pripraviti velike kose zelenjave, kot sta belo zelje in solata vrste ledenka. Z dobro izvedenim rezanjem se ohrani vsebnost hranilnih snovi.

SADJE IN JAGODIČEVJE

Sadje in jagodičevje vsebujeta neprecenljive vitamine in minerale. Večina sadja in jagodičevja vsebuje vlaknine, kot je pektin, ki koristi delovanju črevesja. Sadje in jagodičevje prav tako dajeta barvo in okus veliko obrokom. Sveže sadje ima nizko vsebnost energije in ga je mogoče kombinirati s hrano, ki vsebuje maščobo, kot so sladice. Kuhano ali konzervirano sadje in jagodičevje je lažje zaužiti.



Mešalnik HALLDE zmeša sadje in jagodičevje, bogato z vitaminom C. Zaradi visoke hitrosti je hrana zelo hitro predelana v barvite juhe, omake in hranilne pijače.

KROMPIR, RIŽ IN ZRNA

Krompir je osnovno živilo, ki je pogosto priloga kosilom in večerjam. Okus in hranilna vsebnost kuhanega krompirja se počasi izgubita, ker je krompir treba segrevati, zato ga moramo postreči čim bolj sveže skuhanega. Na gratiniran krompir ter kuhan ali pečen krompir dodatno segrevanje nima večjega vpliva, običajno pa ne izgubi okusa. Pire krompir je mogoče enostavno prežvečiti, obogatimo pa ga lahko z na primer maščobo ali kremo.

Riž in testenine, kot tudi pšenica bulgur, kuskus in različne stročnice zagotavljajo raznolikost jedilnika ter predstavljajo dodatek k tradicionalnemu krompirju. Ugotovite, kaj imajo starejši radi.



Grobo seseklajte ali pretlačite krompir in z navpičnim rezalnikom/mešalnikom HALLDE ustvarite okusno kašo. Naprava ima dve hitrosti, s katerima lahko dobite zeleno teksturo.

SVEŽE IN SOLJENO MESO

Večina svežega in soljenega mesa je pomemben vir beljakovin. Soljeno meso je pogosto lažje žvečiti in vrste, ki vsebujejo maščobe, zagotavljajo tudi veliko energije. Cele kose mesa je včasih težko prežvečiti, zato je v teh primerih dobro meso zmleti ali zrezati na kocke. Kuhanje prav tako vpliva na teksturo. Tudi če meso postrežete v obliki narezka, je treba izbrati vrsto mesa, ki ga je lažje žvečiti in pogoltniti.



Fino seseklano in pečeno meso v koščkih ter čebulo je mogoče s kombiniranim rezalnikom HALLDE hitro in enostavno pripraviti. Z enakimi sestavinami pripravite grobo pašteto za starejše s težavami pri žvečenju.

RIBE

Ribe so zelo pomemben vir nepogrešljivih maščobnih kislin in vitamina D. Ribe je mogoče enostavno prežvečiti in tako puste kot mastne ribe se lahko večkrat na teden pojavijo na jedilniku. Švedska nacionalna uprava za prehrano priporoča ribo trikrat na teden. Kuhano ribo je pogosto treba dopolniti z energetsko obogatenimi omakami, saj lahko tako dosežejo priporočeno stopnjo energetske vsebnosti. Kuhana riba ponavadi nima barve in ji je zato treba dodati bolj barvito prilogo, kot so koper, limona, paradižnik in zelenjava, ki ribi dajo privlačnejši videz.



Z navpičnim rezalnikom/mešalnikom lahko zmešate ribe in krompir ter tako pripravite okusno juho. Če želite izboljšati okus, dodajte košček maščobe ali smetane za kuhanje.

MLEKO IN MLEČNI IZDELKI

Mleko in mlečni izdelki so med drugim pomemben vir kalcija. Mlečni izdelki z visoko vsebnostjo maščobe hrani dodajo več energije, kljub temu, da porcije niso velike. Mastno mleko da več energije od posnetega mleka, vendar ima nižjo vsebnost vitamina D. Vrsto mleka, ki ga je treba postreči, določimo na podlagi potreb in okusa starejše osebe, ki jo oskrbujemo. Jogurt lahko postrežemo kot dodatek raznim jedem, zajtrku ali vmesnim obrokom. Smetane in kisle smetane je mogoče uporabiti v toplih in hladnih omakah, enolončnicah, juhah in ostalih jedeh, in tako povečati energetsko vsebnost.



Naprava za pripravo zelenjave HALLDE je opremljena s širokim naborom rezalnega orodja za rezanje na rezine in trakce, rebrasto rezanje, ribanje/strganje in rezanje na kocke. Valovito narezano korenje s svežo jogurtovo omako ni samo privlačno na videz, ampak vsebuje tudi vitamin A in kalcij.

OMAKE IN PRELIVI

Omake so pomembna priloga k večini jedem. Omaka doda okus hrani in, v kolikor je obogatena na primer z maščobo ali smetano, predstavlja pomemben energijski dodatek. Z omako je hrano tudi lažje požirati in je zato vsem jedem dobro dodati veliko omake, tudi tistim, ki običajno niso postrežene z omako, kot so na primer enolončnice.



Z mešalnikom HALLDE pripravite okusno in hranilno omako. Mešalnik je mogoče uporabiti za mešanje in sekljanje sestavine za juhe, omake, prežganja, hranilne pijače in sokove.

IZBERITE PREMIŠLJENO

Podjetje HALLDE proizvaja številne naprave, ki so prilagojene za uporabo v zdravstvu in oskrbi starejših. Ta mapa opisuje samo nekaj naših priporočenih modelov. Katero napravo potrebujete?





Food Preparation Machines
Made in Sweden

Pričakovana življenjska doba in povprečna starost se povečujeta. Vedno večje število ljudi potrebuje pomoč v obliki hrane s spremenjeno teksturo. Hrana in obroki so pomembni – ne samo za zadovoljevanje potrebe po hranilnih snoveh in energiji, ampak tudi zaradi boljše kakovosti življenja. Staranje poveča tveganje bolezni in podhranjenosti.

Podjetje HALLDE je pripravilo nasvete in namige o tem, kako je mogoče uporabljati naprave in opremo HALLDE pri pripravi hrane s spremenjeno teksturo za oskrbo starejših. Njihov namen je poudariti pomembne vidike glede hrane s spremenjeno teksturo za starejše in osveščati osebje, ki skrbi za njih. Nasveti v večji meri temeljijo na priporočilih švedske nacionalne uprave za prehrano (Livsmedelsverket).