



Food Preparation Machines
Made in Sweden

Przygotowanie żywności o zmodyfikowanej teksturze

– Dobre jedzenie w opiece nad osobami starszymi



Przygotowanie żywności o zmodyfikowanej teksturze

– Dobre jedzenie w opiece nad osobami starszymi



Food Preparation Machines
Made in Sweden

**Przygotowanie żywności o zmodyfikowanej teksturze
opublikowane przez AB Hällde Maskiner.**

Opracowanie: Jan Sigurdh, AB Hällde Maskiner

Źródła: Livsmedelsverket (Szwedzka Agencja Żywności)
– “Bra mat i äldreomsorgen”, “Meny och Mat”, www.slv.se.

Dieta i odżywianie – www.kostochnaring.se

Podręcznik odżywiania się – Ljusdals municipality, Kjell Olsson

Oryginalna okładka, układ oraz szata
graficzna: Eyeris Reklam, Haninge

Zdjęcia i grafiki: AB Hällde Maskiner i
Thinkstockphotos.com

AB Hällde Maskiner

Box 1165, S-164 26 KISTA

SZWECJA

Tel: +46 (0)8 587 730 00

Fax: +46 (0)8 587 730 30

Website: www.hallde.com

E-mail: info@hallde.com



Food Preparation Machines
Made in Sweden

Spis treści

WSTĘP	7
SKALA TEKSTURY ŻYWNOŚCI	9
• Cafe i pocięte	9
• Gruboziarniste paté	9
• Timbale.....	9
• Galaretka	10
• Gęsta ciecz.....	10
• Płynna ciecz	10
NAPOJE DIETETYCZNE I SPROSKOWANE MIESZANKI MIKROELEMENTÓW	13
• Kompletnie napoje odżywcze.....	13
• Czyste napoje odżywcze	13
• proszkowane mieszanki mikroelementów.....	13
WYBÓR ODPOWIEDNIEJ MASZYNY	15
• Maszyny HALLDE	15
• Nablatowe: Zastosowanie i wybór urządzenia	16
• HALLDE Pionowy Kuter/Blender.....	18
• HALLDE Maszyna do przygotowywania warzyw	19
• HALLDE Maszyna do przygotowywania warzyw	20
• HALLDE Blender/Mikser	21
ZAPLANUJ DOBRE JEDZENIE I WYBIERZ SKŁADNIKI.....	23
• Ziarna, płatki i chleb	23
• Warzywa	24
• Owoce i jagody	24
• Ziemniaki, ryż i kasze	25
• Ziemniaki, ryż i kasze	25
• Surowe mięso i wędliny.....	26
• Ryby	26
• Sosy i dodatki.....	27



Średnia długość życia oraz średnia wieku wzrastają nieustannie. Coraz większa liczba osób potrzebuje pomocy w postaci żywności o zmodyfikowanej teksturze. Jedzenie i posiłki są ważne – nie tylko dla zapewnienia potrzeb żywieniowych i energetycznych, lecz także jako niezbędny standard jakości życia. Starzenie się zwiększa ryzyko zachorowań oraz zaburzeń odżywiania. Dlatego ważne jest, aby posiłki serwowane w opiece nad osobami starszymi były wysokiej jakości oraz dostosowane do potrzeb, zwyczajów i preferencji spożywających.

HALLDE opracowała porady i wskazówki, w jaki sposób maszyny oraz urządzenia HALLDE mogą być wykorzystane do przygotowania żywności o zmodyfikowanej teksturze z myślą o opiece nad osobami starszymi. Celem jest podkreślenie istotnych aspektów dotyczących modyfikacji tekstury żywności dla osób starszych – skierowane do osób pracujących w branży opieki nad osobami starszymi. Poradnik jest oparty na rekomendacjach Livsmedelsverket (Szwedzka Agencja ds. Żywności).



” *Starzenie się zwiększa ryzyko zachorowań oraz zaburzeń odżywiania. Dlatego ważne jest, aby posiłki serwowane w opiece nad osobami starszymi były wysokiej jakości i bezpieczne – dostosowane do potrzeb, zwyczajów i preferencji spożywających.*

Skala tekstury żywności

Wiele osób w wieku starszym potrzebuje żywności w postaci zmodyfikowanej, ponieważ ma trudności z przeżuciem oraz połykaniem tradycyjnych pokarmów. W Skali tekstury żywności są prezentowane różne tekstury, które są podzielone na grupy:

CAŁE I POCIĘTE

Całe i pocięte, czyli żywność o tradycyjnej teksturze, która jest w miarę potrzeb krojona na talerzu. Jako przykłady takich pokarmów można wymienić całe lub pocięte sztuki mięsa, ryby, mielone i kielbasy, warzywa, ziemniaki, sosy i napoje. Osoby, które cierpią na suchość w jamie ustnej, mogą potrzebować dużych ilości sosu w celu ułatwienia konsumpcji posiłku.

GRUBOZIARNISTE PATÉ

Gruboziarniste paté charakteryzuje się lekką, miękką i gruboziarnistą teksturą, jako przykład – soczyste klopsy. Z łatwością kroi się i spożywa widelcem. Przykładem dań o takiej teksturze są gruboziarnisty pasztet, całe gotowane ryby, gruboziarnisty pasztet warzywny, dobrze ugotowane warzywa, całe i tłuczone ziemniaki oraz sosy.

TIMBALE

Charakteryzuje się miękką, gładką, drobną i spójną teksturą, podobną do omletu, można spożywać widelcem lub łyżką. Homogeniczna konsystencja i umiarkowany opór przy przeżuwaniu. Konsystencja jest bardziej porowata niż gruboziarnistego paté. Jako przykłady dań można wymienić mięsne i rybne timbale, warzywne timbale/purée, tłuczone ziemniaki, wyciśnięte pomidory oraz sosy. Dania należy serwować z dużą ilością sosów, które ułatwią spożywanie posiłku. Timbale przygotowuje się z dokładnie wymieszanego purée, w celu zapewnienia jednnorodnej, pozbawionej małych kawałków, konsystencji.



Atrakcyjność spożywanego posiłku zwiększa się, jeśli różne jego części mogą występować oddzielnie – w zakresie wyglądu, smaku i dotyku. Jest to ważny czynnik, który należy uwzględnić przy przygotowaniu potraw o zmodyfikowanej teksturze. Na przykład, gdy serwuje się fileta z kurczaka, z tłuczonymi ziemniakami, kremowym sosem i zielonym groszkiem - danie o zmodyfikowanej teksturze może wyglądać tak: timbale z kurczaka, tłuczone ziemniaki, kremowy sos i purée z groszku.

GALARETKA

Teksturę można scharakteryzować jako miękką i śliską, prosta do zjedzenia nawet dla osób z pewnymi trudnościami z przełykaniem pokarmów. Jedzenie w postaci galaretki można spożywać widelcem lub łyżką. Jako przykłady dań można wymienić zimne galaretki mięsne i rybne, warzywne purée, zimną galaretkę warzywną, tłuczone ziemniaki. Duże ilości sosu ułatwią spożywanie posiłków osobom, które mają trudności z przełykaniem pożywienia. Gęste sosy o konsystencji sosu śmietankowego, sosu holenderskiego czy jajeczno-mlecznego stanowią doskonałą alternatywę galaretki. Jedzenie o konsystencji galaretki jest przygotowywane z dokładnie wymieszanego purée oraz żelatyny. To czyni je miękkim i homogenicznym, rozpluwającym się w ustach. Szczególnie ważne jest przestrzeganie rygorystycznych wymagań w zakresie higieny podczas przygotowania tego rodzaju posiłków, gdyż są one podawane na zimno.

GĘSTE CIECZE

Tekstura charakteryzuje jest jednolitością i kleistością, jest podobna do crème fraiche. Skapuje z łyżki, nie da się spożywać widelcem. Przykłady pokarmów są takie same jak w wypadku dań o płynnej konsystencji, lecz w bardziej gęstej postaci. Konsystencja całkowicie jednorodna, bez drobnych kawałków lub grudek.

PŁYNNY CIECZE

Tekstura charakteryzuje jest jednolitością i płynnością, podobna do konsystencji zupy pomidorowej. Skapuje z łyżki, nie da się spożywać widelcem. Przykłady: zupy mięsne, rybne i warzywne podawane z crème fraiche, zupy owocowe z bitą śmietaną. O takiej konsystencji są przyrządzane jednorodne, bogate w smaku, gorące i zimne zupy. Konsystencja całkowicie jednorodna, bez drobnych kawałków lub grudek w zupie. Płynna tekstura charakteryzuje się mniejszą kremowością w porównaniu do gęstych cieczy.



Ponieważ tylko spożywane jedzenie dostarcza składników odżywczych i energii, bardzo ważne jest dostosowanie składu i wielkości porcji do potrzeb, zwyczajów i preferencji osób starszych.



TIMBALE



GRUBOZIARNISTE PATÉ



CAŁE I POCIĘTE



GALARETKA



GĘSTE CIECZE



PŁYNNNE CIECZE



” Pracowni-
cy opieki
powinni
zdawać

*sobie sprawę z różnic
pomiędzy różnymi
napojami odżywczy-
mi i sproszkowanymi
mieszkankami mikro-
elementów – wiedzieć
kiedy należy je sto-
sować i jak powinny
one być podawane i
dawkowane.*

*Priorytetowo traktuje
się napoje dietetycz-
ne, które są bogate w
składniki odżywcze,
ponieważ ułatwiają
one zaspokojenie
dziennego zapotrze-
bowania na składniki
odżywcze u osób
starszych.*

Napoje dietetyczne i sproszkowane mieszanki mikroelementów

Kiedy zapotrzebowanie na składniki odżywcze i energię nie może zostać zaspokojone poprzez normalną dietę, napoje odżywcze stanowią jej odpowiednie uzupełnienie. Napoje dietetyczne powinny być wysokoenergetyczne oraz o dużej wartości odżywczej. HALLDE Blender/Mikser jest idealnym narzędziem do przygotowania energetycznych napojów według własnych przepisów z obliczoną wartością odżywczą .

PEŁNOWARTOŚCIOWE NAPOJE ODŻYWCZE

Pełnowartościowe napoje odżywcze powinny zaspokajać całkowite zapotrzebowanie organizmu na energię i składniki odżywcze Teoretycznie oznacza to, że można przeżyć spożywając wyłącznie takie napoje odżywcze. Pełnowartościowy napój odżywczy zawiera dużo błonnika i dlatego jest szczególnie korzystny w przypadku np. zaparcia lub cukrzycy. Z drugiej strony, bardzo dobrze jest różnicować składniki i przygotowywać napoje o różnych poziomach wartości energetycznej, ilości białka, zawartości błonnika i różnych smakach, dostosowanych do potrzeb osób w starszym wieku. Pełnowartościowy napój odżywczy jest idealnym daniem między posiłkami, jako posiłek wieczorny lub nocny.

LEKKIE NAPOJE ODŻYWCZE

Lekkie napoje dietetyczne są w zasadzie beztłuszczowe, o konsystencji zbliżonej do lemoniady, o wyraźnie słodkim smaku – co czyni je doskonałymi napojami do posiłków, w przypadku nudności lub w przypadku wchłaniania tłuszczu. Priorytetowo należy traktować lekkie napoje dietetyczne o wysokiej wartości energetycznej.

Napoje dla cukrzyków powinny być kalkulowane w połączeniu z posiłkiem, aby zapobiec znacznemu wzrostowi poziomu cukru we krwi. Należy zmieniać wartość energetyczną, zawartość białka i smak zgodnie z potrzebami osób w starszym wieku.

SPROSZKOWANE MIESZANKI MIKROELEMENTÓW

Występują trzy rodzaje różnych sproszkowanych mieszanek mikroelementów, które mogą być stosowane jako dodatek do napojów odżywczych. Są to: mieszanka energetyzująca, białko w proszku oraz prosta mieszanka wzmacniająca, które mogą być dodawane w celu zwiększenia wartości odżywczych pokarmów i napojów. Dodanie śmietanki lub oleju do żywności i napojów, w celu zwiększenia ich wartości energetycznej, jest również uważane za wzbogacenie.





” *Niezależnie od tego, czy pracujesz w dużej czy małej kuchni, należy wybrać urządzenie, które przetwarza szybko - aby móc przetworzyć żywność zanim się ona nagrzeje. Usprawnia to przygotowanie potraw oraz zachowuje smak i zawarte w nich składniki odżywcze.*

Wybór odpowiedniej maszyny

HALLDE oferuje wybór maszyn, które są przystosowane do użytku w opiece nad osobami starszymi i w zakresie opieki zdrowotnej. Odpowiedni dobór maszyny jest bardzo ważny. Wybór dotyczy nie tylko tego, jak szybko i wydajnie urządzenie pracuje w kuchni, ale przede wszystkim – jak bardzo pomaga w maksymalnym zachowaniu smaku, koloru i substancji odżywczych w żywności.

MASZYNY HALLDE

Nasze maszyny zostały zaprojektowane z zastosowaniem naszego ponad 80-letniego doświadczenia w branży przetwórstwa żywności. Opracowujemy, produkujemy i sprzedajemy wysokiej jakości maszyny do przetwarzania żywności, które są proste w użyciu i czyszczeniu.

Maszyny HALLDE są idealne do przygotowania żywności o zmodyfikowanej teksturze – gdzie tekstura żywności jest tak samo ważna, jak wysokie wymagania w zakresie bezpieczeństwa i higieny.

Nasze maszyny zostały zaprojektowane z naciskiem na:

- Szeroki zakres możliwości przetwarzania
- Wysoką pojemność
- Doskonałe wyniki
- Przyjazne dla użytkownika wzornictwo oraz najlepszą ergonomię
- Szybkie, proste czyszczenie oraz najwyższe standardy higieny
- Solidne umocowanie, proste przenoszenie i praktyczne przechowywanie
- Wzorowe bezpieczeństwo
- Najwyższe standardy jakości

MASZYNY HALLDE TWORZĄ ODPOWIEDNIE WARUNKI

do uzyskania pomyślnych wyników



CO PAŃSTWO SERWUJĄ DZIŚ?

Wynik	Struktura	Tekstura
CAŁE I POCIĘTE	Normalna żywność, która jest cięta na miejscu według potrzeb.	Normalna żywność.
GRUBOZIARNISTE PATÉ	Lekkie, miękkie i gruboziarniste.	Np. soczysty klops. Z łatwością kroi się i spożywa widelcem.
TIMBALE	Miękkie, jednorodne i zwarte.	Np. omlet, bez kawałków Można spożywać widelcem lub łyżką.
GALARETKA	Miękka i śliska.	Np. galaretka porzeczkowa, bez kawałków/ drobin. Można spożywać widelcem lub łyżką.
GĘSTE CIECZE	Jednorodne i kleiste.	Np. sos śmietankowy. Można spożywać widelcem lecz ścięka.
PŁYNNY CIECZE	Jednorodne i ciekłe.	Np. zupa pomidorowa (przecierana) bez kawałków/drobin.
NAPOJE DIETETYCZNE	Jednorodne i ciekłe.	Jako napoje.



Wiele osób w starszym wieku doświadcza, że jedzenie smakuje inaczej, niż wcześniej, lub w ogóle nie ma smaku. W większości przypadków jest to spowodowane faktem, że proces starzenia powoduje zmiany zmysłu powonienia i smaku. Dobre, właściwie przygotowane jedzenie o zróżnicowanym składzie zapewnia atrakcyjność spożywanych posiłków. Co Państwo serwują dziś?

WYBÓR ODPOWIEDNIEGO URZĄDZENIA

HALLDE Maszyna do przygotowywania warzyw	HALLDE Pionowy Kuter/Blender	HALLDE Combi Kuter	HALLDE Blender/Mikser
X		X	
	X	X	
	X	X	
	X	X	
	X	X	X
	X	X	X
	X	X	X



18 – WYBÓR ODPOWIEDNIEJ MASZYNY

Więcej informacji o Pionowych Kuterach/Blenderach
HALLDE, pobierz broszurę.



HALLDE PIONOWY KUTER/BLENDER

HALLDE opracowała Pionowe Kutery/Blendery, które spełniają wymagania wobec przygotowywania żywności o zmodyfikowanej teksturze.

Linia Pionowych Kuterów/Blenderów HALLDE obejmuje sześć modeli urządzeń o pojemności całkowitej od 3 do 6 litrów. Wszystkie modele są w stanie przetwarzać gotowane i surowe składniki bez konieczności dodawania płynów. Oznacza to, że w procesie przygotowania zostaje w pełni zachowany smak, wartość odżywcza oraz energetyczna produktów.

Pionowe Kutery/Blendery HALLDE działają w dwóch prędkościach, 1,500 i 3,000 obr./min., w zależności od wybranego modelu, co zapewnia uzyskanie dokładnie zamierzonej tekstury.

Specjalnie zaprojektowane noże i unikalny system zgarnciaczy oznaczają, że przetwarzanie odbywa się z prędkością światła – co z kolei minimalizuje nagrzewanie składników i tym samym zachowuje ich jakość oraz wartości odżywcze.



Przygotowanie posiłków dla osób w starszym wieku powinno skupiać się na zapobieganiu niedożywieniu i sprzyjaniu dobrej jakości życia. Jest niezwykle ważne, aby jedzenie było dostosowane do indywidualnych potrzeb, zwyczajów i preferencji osób w starszym wieku.





Więcej informacji o Maszynach do przygotowywania warzyw HALLDE, pobierz broszurę.

HALLDE MASZYNY DO PRZYGOTOWYWANIA WARZYW

Hallde Maszyny do przygotowywania warzyw są doskonale przystosowane do użytku w przemysłowych kuchniach, które przygotowują i gotują żywność o zmodyfikowanej teksturze.

Linia Maszyn do przygotowywania warzyw HALLDE obejmuje osiem modeli o wydajności od 2 do 60 kg/min.

Wszystkie modele są wyposażone w duże podajniki, które umożliwiają przetwarzanie dużych warzyw, takich jak biała kapusta czy sałata lodowa. Maszyny posiadają szeroki wybór narzędzi tnących do siekania, cięcia w słupki czy plastry karbowane, ucierania/szatkwania i siekania w kostki w różnych rozmiarach.

W zależności od wybranego modelu, Maszyny do przygotowywania warzyw HALLDE działają z prędkością 350–500 obr./min. Prędkość jest zoptymalizowana pod kątem jak najlepszego wyniku cięcia – co oznacza, że zostaje zachowana wartość odżywcza i płyny własne nie zostają wyciśnięte w trakcie przygotowania. To redukuje utlenianie i zapewnia dłuższą żywotność urządzenia.





20 – WYBÓR ODPOWIEDNIEJ MASZINY

Więcej informacji o Combi Kuterach
HALLDE, pobierz broszurę.



HALLDE COMBI KUTER

Combi Kutery HALLDE łączą właściwości Maszyn do przygotowywania warzyw oraz Pionowych Kuterów/Blenderów HALLDE w jednym urządzeniu. Combi Kuter oferuje połączone korzyści Pionowego Kuteru/Blendera oraz Maszyny do przygotowywania warzyw – co czyni go idealnym narzędziem do przygotowywania żywności o zmodyfikowanej teksturze.

Urządzenie działa na tej samej zasadzie co Pionowy Kuter/Blender HALLDE, jest wyposażone w specjalnie zaprojektowane ostrza oraz system zgarniaczy. To wszystko pozwala na błyskawiczne przetwarzanie – wykorzystywane jako Maszyna do przygotowywania warzyw sieka na plastry, słupki i plastry karbowane, szatkuje i kroї w kostkę – dokładnie tak samo jak i Maszyna do przygotowywania warzyw HALLDE.

Combi Kutery HALLDE jako Maszyny do przygotowywania warzyw działają z wydajnością 2 kg/min., i posiadają pojemność 3 litrów jako Pionowe Kutery/Blendery – co jest odpowiednikiem pojemności do 80 porcji.





Więcej informacji o Blenderach/Mikserach
HALLDE, pobierz broszurę.

HALLDE BLENDER/MIKSER

Blender/Mikser HALLDE został opracowany z myślą o przygotowaniu żywności w profesjonalnych kuchniach cateringowych i stanowi doskonałe dopełnienie linii Pionowych Kuterów/Blenderów HALLDE do przetwarzania płynów oraz składników o niskiej lepkości. Np. Blender/Mikser jest doskonałym narzędziem do przygotowania napojów dietetycznych.

Blender/Mikser HALLDE działa ze zmienną prędkością do 15,000 obr./min. Wysoka prędkość powoduje, że płyny lub składniki o niskiej lepkości przetwarzają się bardzo szybko i, na przykład, można uzyskać zupę o delikatnej strukturze.



Różne schorzenia i zaburzenia funkcjonalne mogą powodować u osób w starszym wieku trudności z żuciem lub połykaniem pokarmów. Tekstura żywności musi być dostosowana do specyficznych potrzeb jednostek - każda osoba nadal ma prawo do pożywienia, które smakuje i wygląda atrakcyjnie, tak jak dla osób nie cierpiących z powodu takich problemów.





” *W celu przygotowania posiłków, które są dobre, dobrze skomponowane i spełniają zalecenia żywieniowe, organizacja powinna mieć dostęp do pracowników o odpowiednich kwalifikacjach i posiadających know-how dotyczące odżywiania dietetycznego. Te obowiązki są często wykonywane przez wykwalifikowanego administracyjnego dietetyka, dietetyka lub konsultanta ds. żywienia.*

Zaplanuj dobre jedzenie i wybierz składniki

Podczas planowania menu w opiece nad osobami w starszym wieku należy pamiętać, że spożywające te dania osoby w ciągu wielu lat wyrobiły ulubione smaki i mają własne ulubione dania. Przyzwyczajenia i preferencje smakowe są ważnymi czynnikami w odniesieniu do apetytu oraz uczucia jakości życia. Ponieważ wiele osób w podeszłym wieku ma ograniczony apetyt i trzeba dbać o dostarczenie możliwie największej wymaganej ilości składników odżywczych oraz energii, należy zadbać o dobór składników i dostosować menu do indywidualnych potrzeb i preferencji smakowych.

ZIARNA, PŁATKI I CHLEB

Dla wielu osób w starszym wieku chleb jest ważnym artykułem spożywczym na śniadanie i do innych posiłków. Chleb zawiera dużo węglowodanów i błonnika, lecz w większości przypadków musi być uzupełniony tłuszczami oraz wędlinami w celu zwiększenia ogólnej zawartości energii i białka w posiłku. Wybór rodzaju pieczywa i to, czy powinien to być chleb biały czy razowy, zależy od potrzeb i preferencji podopiecznych.

Płatki i kasze są bogate w składniki odżywcze. Różne zbożowe kasze można w prosty sposób wzbogacić energetycznie poprzez dodanie mleka lub tłuszczu.



Z Combi Kuterem HALLDE można przygotować smaczny pasztet do pieczywa. Combi Kuter HALLDE jest w stanie przetwarzać gotowane i surowe składniki bez konieczności dodawania płynów.

WARZYWA

Większość warzyw zawiera ważne witaminy, minerały oraz błonnik. Jednocześnie dostarczają one niewielkiej ilości energii, ponieważ zawierają w sobie dużo wody. Obiad i kolacja powinny zawierać warzywa, lecz w niewielkich ilościach. Gotowane warzywa dają się łatwiej przeżuć niż surowe, można je wzbogacić energetycznie i ułatwić ich przeżucie poprzez dodanie tłuszczu lub duszenie. Surowe warzywa i sałatki należy kroić w drobne kawałki lub dokładnie szatkować oraz dodawać sosy.



Maszyny do przygotowania warzyw HALLDE ułatwiają przetwarzanie dużych warzyw takich jak biała kapusta czy sałata lodowa. Doskonale wyniki cięcia zapewniają zachowanie wartości odżywczych.

OWOCE I JAGODY

Owoce i jagody zawierają cenne witaminy oraz minerały. Większość owoców i jagód zawiera także błonnik, taki jak pektyna, który sprzyja funkcji jelit. Owoce i jagody dodają także koloru i smaku wielu potrawom. Świeże owoce charakteryzują się niską wartością energetyczną, a zatem mogą uatrakcyjnić pokarmy zawierające tłuszcz, takie jak desery. Gotowane lub konserwowane owoce i jagody jest łatwiej przeżuć.



Blender/Mikser HALLDE wymiesza bogate w witaminę C owoce i jagody. Dzięki wysokiej prędkości urządzenia produkty zostają bardzo szybko przetworzone w kolorowe zupy, sosy i napoje dietetyczne.

ZIEMNIAKI, RYŻ I KASZE

Ziemniaki stanowią podstawę pożywienia i są często serwowane na obiad i kolację. Na smak oraz wartości odżywcze gotowanych ziemniaków negatywnie działa ich przechowywanie w cieple, dlatego należy je podawać możliwie najszybciej po ugotowaniu. Ziemniaki zapiekane, tak samo jak i duszone lub smażone, są mniej wrażliwe na ich przechowywanie w cieple i mają mniejszą tendencję do utraty walorów smakowych. Tłuczone ziemniaki są łatwe do przeżucia i można je wzbogacić, np. tłuszczem lub śmietanką.

Ryż i makaron, kasza pszena, kuskus oraz inne kasze doskonale uzupełniają menu oraz stanowią doskonały zamiennik dla tradycyjnych ziemniaków. Należy wybrać, co lubią starsze osoby.



Posiekaj lub utłucz ziemniaki za pomocą Pionowego Kutera/ Blendera HALLDE. Dwie prędkości urzędzenia pomogą osiągnąć zamierzoną teksturę.

SUROWE MIĘSO I WĘDLINY

Mięsa i wędliny są ważnym źródłem białka. Wędliny w większości przypadków dają się z łatwością przeżuć, a rodzaje zawierające tłuszcze są wysokoenergetyczne. Sztuki mięsa mogą sprawiać kłopot z przeżuciem i w takich wypadkach mielone lub pokrojone w kostkę produkty mogą okazać się łatwiejsze do zjedzenia. Tekstura zależy również od sposobu przyrządzenia. Nawet jeżeli mięso jest podawane w postaci plastrów wędlin, ważne jest, aby wybrać takie, które są łatwe do przeżucia i połknięcia.



Pokrojone w drobną kostkę smażone mięso z cebulą można szybko i łatwo przygotować dzięki Combi Kuterowi HALLDE. Z tych samych składników można przyrządzić gruboziarnisty pasztet dla osób z trudnościami z przeżuciem.

RYBY

Ryby są ważnym źródłem podstawowych kwasów tłuszczowych oraz witaminy D. Ryby nie sprawiają kłopotów z przeżuciem, dlatego zarówno chude, jak i tłuste gatunki ryb mogą być zawarte w menu kilka razy w tygodniu. Według zaleceń Szwedzkiej Agencji ds. Żywności, ryby powinny być podstawowym daniem trzy razy w tygodniu. Gotowane ryby zazwyczaj należy uzupełnić energetycznie poprzez dodanie sosów w celu osiągnięcia zalecanego poziomu właściwości energetycznych posiłku. Gotowane ryby charakteryzują się brakiem koloru i dlatego, aby nadać daniu bardziej apetyczny wygląd, powinny im towarzyszyć bardziej barwne dodatki, takie jak koperek, cytryna, pomidory i warzywa.



Pionowy Kuter/Blender pomoże w przygotowaniu pysznej zupy z ryb i ziemniaków. Wystarczy dodać odrobinę tłuszczu lub śmietany dla poprawy smaku.

MLEKO I NABIAŁ

Produkty mleczne o wysokiej zawartości tłuszczu są wysokoenergetycznym daniem, nawet gdy jego porcje są niewielkie. Tłuste mleko zawiera więcej energii niż mleko odtłuszczone, ale ma niższą zawartość witaminy D. Rodzaj mleka w napoju należy określić na podstawie zapotrzebowania i upodobań konsumentów. Jogurty mogą być podawane jako dodatek do różnych potraw lub na śniadanie, także między posiłkami. Śmietanę i krem fraiche można dodawać do zimnych i gorących sosów, zapiekanek, zup i innych potraw, zwiększając w ten sposób ich wartość energetyczną.



Maszyny do przygotowywania warzyw HALLDE posiadają szeroki wybór narzędzi tnących do siekania, cięcia w słupki czy plastry karbowane, ucierania/szatkowania i siekania w kostki. Faliste plasterki marchwi z odrobiną świeżego jogurtu nie tylko wyglądają atrakcyjnie, lecz również zawierają witaminy A i wapń.

SOSY I DODATKI

Sosy są ważnym dodatkiem do większości dań. Sos wzbogaca smak żywności i może być ważnym składnikiem uzupełniającym wartość energetyczną posiłku, jeżeli jest wzbogacony w np. tłuszcz lub śmietanę. Sos ułatwia również połykanie jedzenia i dlatego doskonałym pomysłem jest dodawanie dużych ilości sosów do wszystkich potraw, nawet do tych, które nie są tradycyjnie podawane z sosem, np. zapiekanki.



Przygotuj smaczne i odżywcze sosy dzięki Blenderowi/Mikserowi HALLDE - miksuje, miesza, uciera i sieka składniki do zup, sosów, napojów dietetycznych i soków.

DOKONAJ ŚWIADOMEGO WYBORU

HALLDE oferuje wybór maszyn, które są przystosowane do użytku w opiece nad osobami starszymi i w zakresie opieki zdrowotnej. W broszurze opisano tylko kilka z polecanych przez nas modeli. Jakiej maszyny Państwo potrzebują?





Food Preparation Machines
Made in Sweden



Średnia długość życia oraz średnia wieku wzrastają nieustannie. Coraz większa liczba osób potrzebuje pomocy w postaci żywności o zmodyfikowanej teksturze. Jedzenie i posiłki są ważne – nie tylko dla zapewnienia potrzeb żywieniowych i energetycznych, lecz także jako niezbędny standard jakości życia.

HALLDE opracowała porady i wskazówki, w jaki sposób maszyny oraz urządzenia HALLDE mogą być wykorzystane do przygotowania żywności o zmodyfikowanej teksturze z myślą o opiece nad osobami starszymi. Celem jest podkreślenie istotnych aspektów dotyczących modyfikacji tekstury żywności dla osób starszych – skierowane do osób pracujących w branży opieki nad osobami starszymi. Poradnik jest oparty na rekomendacjach Livsmedelsverket (Szwedzka Agencja ds. Żywności).