

Пюре «Лазанья болоньезе»

Время приготовления: 50 минут

Реабилитация после инсульта

Пониженная масса тела и истощение

Последствия инфекционных заболеваний (пневмония, острый бронхит)

Послеоперационный период

В одной порции:

вес	ккал	белки	жиры	углеводы
511 г	498 ккал	32 г	29 г	27 г



Ингредиенты



Загуститель Nutrilis Clear

КУПИТЬ

Пюре из макарон и сыра:

Макароны	75 г
Сливки 10%	20 мл
Твердый тертый сыр	30 г
Загуститель Nutrilis Clear	2 мерные ложки

Соус болоньезе:

Подсолнечное масло	0,5 ч. л.
Репчатый лук	30 г
Морковь	30 г
Говяжий фарш	100 г
Томатная паста	2 ч. л.
Острый соевый соус	по вкусу
Мясной бульон или вода	75 мл
Загуститель Nutrilis Clear	5 мерных ложек

Лазанья — одно из всеми любимых блюд итальянской кухни. Мы адаптировали его и сделали безопасным для пациентов с нарушением глотания. Это питательное и насыщенное блюдо, приготовленное с учетом потребностей организма в период восстановления. При приготовлении вам потребуется загуститель Nutrilis Clear¹.

Приготовление

Пюре из макарон и сыра:

- 1 Сварите макароны до мягкости.
- 2 Переложите их в блендер, добавьте немного воды, в которой варились макароны, сливки и тертый сыр.
- 3 Взбейте до однородной текстуры.

- 4 Добавьте 2 мерные ложки Nutrilis Clear¹, хорошо перемешайте венчиком.
- 5 Оставьте на 1 минуту, затем снова перемешайте.

Пюре из соуса болоньезе:

- 1 В сковороде на подсолнечном масле обжарьте лук и морковь до мягкости.
- 2 Добавьте фарш, обжарьте его до готовности.
- 3 Введите томатную пасту и немного соевого соуса, тушите 5–7 минут.
- 4 Влейте бульон или воду, доведите до готовности.
- 5 Переложите в блендер и взбейте до пюреобразной массы.
- 6 Добавьте 5 мерных ложек Nutrilis Clear, перемешайте и дайте постоять 1 минуту. Повторно перемешайте.

Сборка блюда:

Вам потребуется кондитерский шприц или мешок. Выложите пюре из макарон и соуса слоями в тарелку: сначала соус, затем пюре из макарон и снова соус. При желании посыпьте сверху небольшим количеством тертого пармезана.