

# Festliche MENÜS

für Erwachsene mit  
**SCHLUCKBESCHWERDEN**  
**(DYSPHAGIE)**  
und für die ganze Familie

# Festliche MENÜS



für Erwachsene mit  
**SCHLUCKBESCHWERDEN**  
und für die ganze Familie

## IM FALLE VON LEBENSMITTELALLERGIEN:

Bitte prüfen Sie die Zutatenliste  
sorgfältig und stellen Sie sicher, dass  
das Menü keine Allergene enthält

Prüfen Sie **TEXTUR /  
VISKOSITÄT** vor dem  
Servieren und Essen.  
Besuchen Sie dazu  
[www.iddsi.org](http://www.iddsi.org)

Wenden Sie sich im Falle  
von **DIÄTETISCHEN  
EINSCHRÄNKUNGEN**  
bitte an medizinisches  
Fachpersonal

\*International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI): Terminologie zur Beschreibung von Lebensmitteln, Getränken und deren Texturen sowie deren Testung über standardisierte Messmethoden: [www.iddsi.org](http://www.iddsi.org).

\*\*ThickenUP® clear ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät), zum Diätmanagement bei Dysphagie (Schluckstörungen). **Wichtige Hinweise:** Unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet. Geeignet ab 3 Jahren.

# Vorspeisen

## Lachs Timbale

Geräucherter Lachs auf Avocado-Mousse und Orangen-Vinaigrette 4

## Garnele Delight

Gegrillte Garnelen, serviert mit infundiertem Öl und einer Emulsion aus Wachteleigeln 5

## Boletaire Suppe

Waldpilzsuppe, serviert mit Frühlingsknoblauch und Trüffel 6

---

# Hauptgang

## Lamm-Geschnetzeltes

Champignons und Schnittlauch auf gebackenen Kartoffeln 7

## Truthahn mit Orangenglasur

serviert mit Backpflaumen auf Gemüse 8

## Gegrillter Teriyaki-Seitan

mit Pastinaken, Süßkartoffeln auf Edamame-Hummus-Bett 9

---

# Nachspeise

## Mousse au Chocolat

mit Schlagobers/-sahne und Schokoladenganache 10

## Crème Brûlée

mit karamellisiertem Winterapfel 11

## Pikante Birnen

auf Mousse mit Rumreduktion 12

---

# Getränke

13

# Lachs Timbale

## Geräucherter Lachs auf Avocado-Mousse und Orangen-Vinaigrette



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4** Breiig/  
Püriert



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**35 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

Verwenden Sie bei Laktoseintoleranz Kokosmilch anstelle von griechischem Joghurt.

## ZUTATEN

### LACHS

- 250 g Räucherlachs
- 20 g frischer Ingwer
- 75 ml Zitrone (2 Zitronen)
- 15 ml Wasser (pro konsistenzadaptierte Portion)
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)

### AVOCADO-MOUSSE

- 10 g frischer Knoblauch
- 50 ml alkoholfreier Champagner / Sekt (Cava)
- Limettenschalen, unbehandelt
- 150 g Bio-Avocado
- 5 ml Olivenöl
- 100 g griechisches Joghurt
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)

### VINAIGRETTE

- 100 ml frisch gepresster Orangensaft
- 25 ml Olivenöl
- Eine Prise Salz
- 2 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

### LACHS

1. Untersuchen Sie den Lachs gründlich, um alle Gräten zu entfernen.
2. Den Lachs in 4 mm feine Stücke schneiden. Schneiden Sie den Ingwer in Scheiben. Den Lachs mit dem Saft von einer Zitrone und dem geschnittenen Ingwer marinieren und 20 Minuten im Kühlschrank aufbewahren.
3. Die Ingwerscheiben entfernen, die zweite Zitrone auspressen und über den Lachs geben.
4. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 15 ml Wasser pürieren. Die Konsistenz überprüfen, 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear einrühren und erneut prüfen.

### AVOCADO-MOUSSE

5. Den Knoblauch hacken und in der Pfanne mit der Limettenschale in Olivenöl schwenken bis er weich ist.
6. Den alkoholfreien Champagner hinzugeben und 5 Minuten lang einkochen lassen. Vom Herd nehmen.
7. Den Knoblauch, die Avocado, die Limettenschale und den griechischen Joghurt mischen.
8. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren. Fügen Sie bei Bedarf etwas Wasser hinzu und mixen Sie bis die Mischung glatt und klumpenfrei ist.

### VINAIGRETTE

9. Vermischen Sie den frisch gepressten Orangensaft, das Olivenöl, das Salz und ThickenUP<sup>®</sup> clear.

## ANRICHTEN

Mit einem Löffel abwechselnd den Lachs und die Avocado schichtweise vom Rand zum Inneren des Tellers hin und mit der Vinaigrette anrichten. Die Teller mit den nicht konsistenzadaptierten Zutaten für den Rest der Familie in zwei Schichten anrichten und mit der Vinaigrette garnieren.

# Garnele Delight

Gegrillte Garnelen, serviert mit infundiertem Öl und einer Emulsion aus Wachteleigelb



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL

**5** Zerkleinert & Durchfeuchtet



SCHWIERIGKEITSGRAD

**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT

**25 MIN.**



PORTIONEN PRO REZEPT

**4**



## ZUBEREITUNG:



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

Variante: Verwenden Sie geschälte Garnelen und ersetzen Sie das Garnelenkopf-Konzentrat durch angebratenen Knoblauch.

### GARNELEN

1. Die Garnelen putzen. Schälen Sie die Garnelen, entfernen Sie Kopf und Schwanz und reinigen Sie sie, indem Sie den schwarzen Faden aus dem Rücken entfernen. Die Köpfe beiseite stellen.
2. Die Garnelen in einer Pfanne mit Olivenöl leicht anbraten bis sie rosa werden. Abkühlen lassen und in 3–4 mm große Stücke hacken. Beiseite stellen.

### REDUKTION

3. Die Garnelenköpfe bei mittlerer Hitze in einer Pfanne mit der Hälfte des Olivenöls anbraten. Drücken Sie sie dabei aus, um den Saft herauszupressen. 2–3 Minuten lang ziehen lassen bis sie dunkel sind. Die Köpfe entfernen.
4. Mit dem alkoholfreien Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze 2 Min. einkochen. Vom Herd nehmen.
5. Die Brühe mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear in einem Mixer mischen.
6. Die gehackten Garnelen hinzugeben. Umrühren.

### EMULSION AUS WACHTELEIGELB

7. 1 frisches Wachteleigelb mit der Hälfte des Olivenöls, einer Prise Salz und 1/2 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear mit einer Gabel in einem mittelgroßen Gefäß verrühren/emulgieren. Das restliche Olivenöl wird zum Anrichten verwendet.

## ZUTATEN

### GARNELEN UND REDUKTION

- 250 g ganze, ungekochte Garnelen (frisch oder gefroren)
- 125 ml alkoholfreier Weißwein
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*
- Olivenöl

### EMULSION

- 4 frische Wachteleigelbe
- 7 ml Olivenöl
- Eine Prise Salz
- 1/2 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

## ANRICHTEN

Die Garnelen leicht platt drücken und vom äußeren Tellerrand nach innen anrichten. Die Garnelen-Timbale mit der Wachteleigelb-Emulsion und mit ein paar Tropfen Olivenöl garnieren. VARIANTE: Richten Sie das Gericht mit dem frischen Eigelb, ohne Olivenöl und ThickenUP<sup>®</sup> clear, für den Rest der Familie an.

# Boletaire Suppe

Waldpilzsuppe mit zartem Knoblauch und Trüffel-Emulsion



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4** Breiig/  
Püriert



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**30 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

1. Diese Suppe kann mit jeder Art von gewöhnlichen oder wilden Speisepilzen zubereitet werden. Verwenden Sie lokale oder saisonale Produkte für einen großartigen Geschmack.
2. Als Grundlage für die Trüffel-Emulsion kann jedes handelsübliche Trüffelöl oder jede Trüffelsauce verwendet werden.

## ZUTATEN

### SCHWARZE TRÜFFEL-EMULSION

- 30 ml Olivenöl
- 10-15 g Trüffel oder eine Trüffelpaste
- Eine Prise Salz
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*
- 50 ml Wasser

### SUPPE

- 30 ml Olivenöl
- 10 g Knoblauch
- 450 g Champignons
- 400 ml Kokosnussmilch
- 75 ml Wasser
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)

### ANRICHTEN

- Kokosnussmilch
- Olivenöl
- Thymian

### SCHWARZE TRÜFFEL-EMULSION

1. Die Trüffel in einer Schüssel pürieren, dabei langsam das Wasser hinzufügen bis eine glatte Konsistenz entsteht.
2. Das Öl und das Salz hinzufügen und 30 Sekunden lang vermengen.
3. ThickenUP<sup>®</sup> clear hinzufügen und 10 bis 15 Sekunden lang pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### SUPPE

4. Den Knoblauch in sehr dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze leicht goldgelb anbraten.
5. Die gewaschenen und in mittelgroße Stücke geschnittenen Champignons hinzufügen und 3–4 Minuten anbraten.
6. Mit der Kokosnussmilch ablöschen und bei geschlossenem Deckel 5 Min. kochen.
7. Das Wasser hinzufügen und 15 Minuten lang bei mittlerer/geringer Hitze mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.
8. Die gesamte Mischung pürieren.
9. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis die Mischung glatt und homogen ist.

## ANRICHTEN

1. Geben Sie die Pilzsuppe in eine Schüssel.
2. Mit der Trüffel-Emulsion garnieren (optional: Kokosnussmilch und Olivenöl).
3. Mit Thymian garnieren.

# Lamm-Geschnetzeltes

Champignons und Schnittlauch auf gebackenen Kartoffeln



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4 Breiig/  
Püriert**



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**MITTELSCHWER**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**110 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



## ZUTATEN

### LAMM

- 600 g Lammkeule
- 175 g Schalotten
- 200 g verschiedene Pilze
- 15 g Knoblauch
- 350 ml Wasser
- 1 Zweig Rosmarin
- 4 Lorbeerblätter
- Eine Prise Salz
- 1 Messlöffel  
ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro  
konsistenzadaptierte  
Portion)

### BEILAGE

- 300 g Kartoffeln
- 150 g rote Zwiebeln
- Olivenöl
- 1 Messlöffel  
ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*  
(pro konsistenzadaptierte  
Portion)

### GARNITUR

- 1 Zweig Rosmarin

### LAMM

1. Das Fleisch mit Olivenöl einreiben, salzen, pfeffern und Lorbeerblätter sowie Rosmarin begeben.
2. Die Lammkeule auf ein Backblech legen und darauf den gehackten Knoblauch, die halbierten Schalotten, 100 ml Wasser, Salz und Pfeffer verteilen. Das Blech mit Alufolie abdecken.
3. Bei 180°C Ober- Unterhitze 60 Minuten lang garen.
4. Die Alufolie entfernen. Leicht abkühlen lassen und den Knochen aus dem Fleisch entfernen.
5. 200 ml Wasser hinzugeben. Mit gehackten Pilzen bedecken und erneut 25–30 Minuten bei 190–200°C im Ofen garen (ohne Alufolie).
6. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### BEILAGE

7. Die Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in 3x4 mm große Stücke hacken.
8. Auf ein Blech legen, würzen und mit Olivenöl gut vermischen.
9. Im 190–200°C Umluft heißen Ofen 30 Minuten lang garen bis sie weich sind.
10. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear vermengen und im Mixer pürieren bis die Mischung glatt und homogen ist. Bei Bedarf etwas Wasser hinzufügen und vermengen bis die Mischung glatt und homogen ist.

### BRATENSAUCE

1. Einen Teil des Lammfleischsaftes auffangen, in einen Mixer geben, 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear hinzufügen und mixen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

## ANRICHTEN

Die texturadaptierte Lammportion anrichten und mit den zubereiteten, texturadaptierten Kartoffeln ergänzen. Die texturierte Bratensoße hinzufügen und mit einem Rosmarinzwig dekorieren. Die nicht konsistenzadaptierten Zutaten für den Rest der Familie auftragen.

# Truthahn mit Orangenglasur

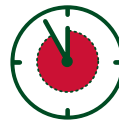
serviert mit Trockenpflaumen auf Gemüse



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4 Breiig/  
Püriert**



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**MITTELSCHWER**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**55 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

Die Trockenpflaumen können durch Rosinen oder grüne Äpfel ersetzt werden, um einen würzigen Geschmack zu erzielen.

## ZUTATEN

### TRUTHAHN

- 35 ml Olivenöl
- 200 g milde Zwiebeln
- 10 g Knoblauch
- 500 g Truthahnschenkel ohne Haut, filetiert ohne Knochen
- 6 Lorbeerblätter
- 250 ml alkoholfreier Weißwein
- 125 g Trockenpflaumen
- 300 ml Orangensaft (3 Orangen)
- 150 ml Wasser
- 10 g brauner Zucker
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)

### GEMÜSE

- 100 g Karotten
- 300 g Kartoffeln
- 150 g Zwiebeln
- 20 g Butter
- Eine Prise Salz und Pfeffer
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)

### TRUTHAHN

1. In einem Dampfkochtopf (normaler Kochtopf oder Schongarer) die gehackten Zwiebeln mit dem Olivenöl anbraten.
2. Sobald sie goldgelb sind, den Knoblauch und die Truthahnschenkel hinzufügen bis diese ebenso goldgelb sind.
3. Die Lorbeerblätter, den alkoholfreien Weißwein, die Trockenpflaumen und den Orangensaft hinzugeben.
4. Mit Salz und Pfeffer würzen. 5 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.
5. Wasser hinzufügen und den Dampfkochtopf mit dem Deckel abdecken.
6. 30 Minuten lang kochen. Ab dem Zeitpunkt, an dem der Dampfkochtopf Dampf abgibt, die Hitze regulieren, damit der Druck nicht zu hoch wird.
7. Wenn Sie keinen Dampfkochtopf haben: Deckel auflegen und 60–70 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze kochen, dabei umrühren und bei Bedarf Wasser hinzufügen.
8. Pflaumensauce: Nach dem Kochen die Pflaumen aus dem Saft herausnehmen und zusammen mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis die Mischung glatt und klumpenfrei ist.
9. Truthahn: In einer Pfanne den braunen Zucker erhitzen bis er zu karamellisieren beginnt. Die zuvor abgetropften Fleischstücke in den Topf geben und 3 Minuten lang anbraten. Dann den Kochsud zugeben.
10. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### GEMÜSE

11. Die Karotten, Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden.
12. Auf ein Blech legen, würzen und gut mit der Butter vermischen.
13. Im Ofen 30–40 Minuten bei 190–200°C Umluft garen bis sie zart und saftig sind.
14. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis die Mischung glatt und homogen ist.

## ANRICHTEN

1. Die Truthahnzubereitung mit einem Ring anrichten und mit der Pflaumensauce dekorieren.
2. Mit einem Spritzbeutel die Gemüsemischung spiralförmig an der Seite des Truthahns anordnen.
3. Mit Thymian garnieren.
4. Die nicht konsistenzadaptierten Zutaten auf Tellern für den Rest der Familie anrichten.

# Gegrillter Teriyaki-Seitan

mit Pastinaken, Süßkartoffeln auf Edamame-Hummus-Bett



IDDSI\* LEVEL

**4** Breiig/  
Püriert



SCHWIERIGKEITSGRAD

**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT

**35 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT

**4**



## EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

Für eine glutenfreie Alternative können Sie den Seitan durch gewöhnlichen Tofu ersetzen. Sie können gekaufte Teriyaki-Sauce verwenden. Denken Sie daran, die Teriyaki-Sauce mit ThickenUP® clear anzudicken.

## ZUTATEN

### HUMMUS

- 150 g Edamame-Bohnen
- 20 ml Limettensaft
- 15 ml Olivenöl
- 25 g Tahini
- 2–3 Blätter Koriander
- 50 ml heißes Wasser
- 2 Messlöffel ThickenUP® clear\*\*
- Eine Prise Salz

### TERIYAKI-SAUCE

- 200 ml Orangensaft
- 150 ml Sojasauce
- 35 ml Reissig
- 3 Messlöffel ThickenUP® clear\*\*

### GEMÜSE

- 175 g Pastinaken
- 300 g Süßkartoffeln
- 40 ml Olivenöl

### SEITAN

- Seitan 225 g
- 1 Messlöffel ThickenUP® clear\*\*  
(pro konsistenzadaptierte Portion)

## ZUBEREITUNG



### HUMMUS

1. Die Edamame-Bohnen 15–20 Minuten lang kochen bis sie ganz weich sind.
2. Die Bohnen abseihen und mit dem Limettensaft, einer Prise Salz, dem Olivenöl, der Tahini-Sauce und dem Koriander pürieren bis eine homogene Textur ohne Klumpen entsteht.
3. Nach und nach heißes Wasser zu der Mischung geben und weiter pürieren um eine bessere Textur zu erhalten.
4. Mit 2 Messlöffeln ThickenUP® clear pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### TERIYAKI-SAUCE

5. Orangensaft pressen und den Saft abseihen.
6. In einen Topf geben und die Sojasauce und den Reissig hinzufügen.
7. Bei schwacher Hitze 3 Minuten lang erwärmen, ohne zu kochen.
8. Mit 3 Messlöffeln ThickenUP® clear mixen bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Konsistenz glatt und homogen ist.

### GEMÜSE

9. Die Pastinaken und die Süßkartoffeln schälen und in 3x4 mm große Stücke hacken.
10. Auf ein Backblech legen und gut mit dem Olivenöl vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und 20 Minuten bei 190°C Umluft backen, danach pürieren.

### SEITAN

11. Den Seitan in 4x4 mm große Stücke hacken und in der Pfanne mit einem Schuss Öl nach den Anweisungen des Herstellers braten. Beiseite stellen.
12. Die Teriyaki-Sauce in die Pfanne geben und, sobald sie heiß ist, die Seitanstücke hinzufügen und 5 Minuten lang anbraten. Vom Herd nehmen.
13. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP® clear pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Konsistenz glatt und homogen ist.

## ANRICHTEN

Auf einem Teller den Hummus als erste Schicht anrichten. Auf die erste Schicht eine Schicht Gemüse geben und leicht andrücken, um die Oberfläche zu glätten. Für den konsistenzadaptierten Seitan einen Spritzbeutel verwenden und eine Schicht auf das Gemüse geben. Mit Orangen- oder Limettenschalen (unbehandelt) garnieren.

# Mousse au Chocolat

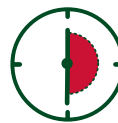
mit Schlagobers/-sahne und Schokoladenganache



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4** Breiig/  
Püriert



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**MITTELSCHWER**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**30 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

Brauner Zucker kann durch Agavendicksaft oder ein anderes Süßungsmittel ersetzt werden.

## ZUTATEN

### MOUSSE

- 100 ml Schlagobers/-sahne 36 %
- 100 g dunkle Schokolade 85 %
- 15 g Kakaopulver
- 40 g Butter
- 3 große, frische Eier
- 20 g brauner Zucker
- 4 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

### SCHLAGOBERS/-SAHNE

- 150 ml Schlagobers/-sahne 36 %
- 20 g brauner Zucker
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

### GANACHE

- 25 g Schokolade 85 %
- 50 ml Schlagobers/-sahne 36 %

### MOUSSE

1. Das Schlagobers/-sahne mit dem Mixer aufschlagen bis es eine feste Konsistenz hat. Im Kühlschrank aufbewahren.
2. Die Schokolade mit der Butter und dem gesiebten Kakaopulver in einem Wasserbad schmelzen. Sobald sie geschmolzen ist, vom Herd nehmen und bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.
3. Das frische Eigelb vom Eiweiß trennen.
4. Die 3 Eigelbe zu der Schokolade, der Butter und dem Kakaopulver geben und verrühren.
5. Das Eiweiß mit dem braunen Zucker und 4 Messlöffeln ThickenUP<sup>®</sup> clear schlagen bis die Masse fest und steif ist. Beiseite stellen.
6. Den Eischnee und Schlagobers/-sahne abwechselnd unter die Schokoladenmasse heben, um eine glatte und voluminöse Masse zu erhalten.
7. Direkt in die gewünschten Servierschalen geben. Im Kühlschrank abkühlen lassen.

### SCHLAGOBERS/-SAHNE

8. Das Obers/die Sahne, den braunen Zucker und 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear aufschlagen. Die Zutaten so lange schlagen bis die Masse gleichmäßig ist und die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Im Kühlschrank abkühlen lassen.

### GANACHE

9. Schokolade und Obers/Sahne zusammen im Wasserbad schmelzen.
10. Aus dem Wasserbad nehmen sobald sie miteinander verbunden sind. Bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.

## ANRICHTEN

1. Kurz vor dem Servieren zubereiten.
2. Die fest gewordene Mousse aus dem Kühlschrank nehmen.
3. Mit einer Schicht der warmen Ganache bedecken, ggf. in der Mikrowelle leicht erwärmen.
4. Mit dem zuvor in einen Spritzbeutel gegebenen Schlagobers/-sahne verzieren.
5. Diese Variante kann für die ganze Familie serviert werden.

# Crème Brûlée

überbacken mit karamellisiertem Winterapfel



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4** Breiig/  
Püriert



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**35 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### EMPFEHLUNGEN DES KÜCHENCHEFS

1. Für die ganze Familie: Für eine knusprige Karamellschicht auf der Crème Brûlée eine dünne Schicht braunen Zucker mit einem Küchenbrenner karamellisieren.
2. Verwenden Sie grüne Äpfel für einen würzigeren Geschmack.

## ZUTATEN

### WINTERÄPFEL

- 2 Äpfel
- 6 Gewürznelken
- 250 ml alkoholfreier Rotwein
- 10 g brauner Zucker
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*  
(pro konsistenzadaptierte Portion)

### CRÈME BRÛLÉE

- 400 ml Vollmilch
- ½ Orangenschale und ½ Zitronenschale (unbehandelt)
- 1 Vanilleschote
- 1 Zimtstange
- 50 g brauner Zucker
- 3 frische Eigelb
- 20 g Speisestärke
- 2 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

### TOFFEE

- 15 g brauner Zucker
- 5 g Butter

### WINTERÄPFEL

1. Die Äpfel schälen, entkernen und in 8 Scheiben schneiden.
2. Zusammen mit den Nelken, dem alkoholfreien Rotwein und dem braunen Zucker in einem Topf aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.
3. Vom Herd nehmen und 10 Minuten bei geschlossenem Deckel ruhen lassen.
4. Abseihen und die Äpfel und die Reduktion trennen.
5. Toffee: In einer Bratpfanne den Boden mit dem braunen Zucker bedecken und die Butter in Stücken hinzufügen. Bei mittlerer Hitze kochen bis ein Toffee entstanden ist.
6. Die Äpfel zugeben und 2 Minuten lang karamellisieren lassen. Beiseite stellen.
7. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### CRÈME BRÛLÉE

8. Die Milch aufgießen: Die Milch zusammen mit den unbehandelten Orangen- und Zitronenschalen, der Vanille und der Zimtstange 3 Minuten lang erhitzen, ohne sie zu kochen. Den Herd ausschalten und die Milch bei geschlossenem Deckel 20 Minuten lang ruhen lassen.
9. In einer Schüssel den braunen Zucker mit dem Eigelb verrühren. Die Speisestärke und 2 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear hinzufügen.
10. Die aufgegossene Milch abseihen, bei mittlerer bis niedriger Hitze erwärmen und die vorherige Mischung aus Ei, Zucker und Speisestärke hinzufügen.
11. Ständig rühren bis die Mischung einzudicken beginnt.

## ANRICHTEN

1. In einem Glasgefäß die Crème Brûlée als Boden anrichten und mit braunem Zucker bestreuen.
2. Die karamellisierten Winteräpfel hinzufügen. Mit einem Minzblatt garnieren. Für den Rest der Familie die Option mit den nicht konsistenzadaptierten Äpfeln anbieten.

# Pikante Birnen

auf Mousse mit Rumreduktion



IDDSI<sup>®</sup> LEVEL  
**4 Breiig/  
Püriert**



SCHWIERIGKEITSGRAD  
**EINFACH**



ZUBEREITUNGSZEIT  
**60 MIN.**



PORTIONEN  
PRO REZEPT  
**4**



## ZUBEREITUNG



### KOCHBIRNEN

1. In einem Topf den alkoholfreien Rum mit dem Zucker 5 Minuten kochen.
2. Die Hitze reduzieren, den Orangensaft, die Orangenschale, den Zimt, die Pfefferkörner und die 6 Ingwerscheiben hinzugeben und 15 Minuten lang bei sehr geringer Hitze mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.
3. Den Herd ausschalten und 20 Minuten ruhen lassen.
4. Den vorherigen Sud abseihen, die in 4 mm große Stücke gehackten Birnen hinzufügen und 7 Minuten kochen.

### KONSISTENZADAPTIERTE BIRNEN

5. Die vorherige Zubereitung abseihen und die Birnen und die Reduktion getrennt beiseite stellen.
6. **Pro konsistenzadaptierte Portion:** Mit 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear mixen bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Textur glatt und homogen ist.

### MOUSSE MIT RUM-REDUKTION

7. Sieben und mixen Sie die aufbewahrte Flüssigkeit aus der Birnenzubereitung, um sicherzustellen, dass sie homogen ist und keine Klumpen aufweist.
8. 6 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear zur gesamten Reduktion hinzufügen und 2 Minuten lang mixen, um eine feste und dichte Mousse zu erhalten. Pürieren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und die Masse fest, glatt und homogen ist. Dieses Gericht ist für die ganze Familie geeignet.

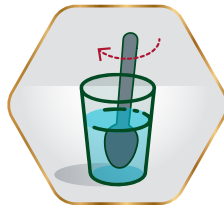
## ZUTATEN

- 140 g brauner Zucker
- 200 ml alkoholfreier Rum
- Saft von 3 Orangen
- ½ Orangenschale, unbehandelt
- 1 Zimtstange
- 7 Pfefferkörner
- 6 Scheiben Ingwer
- 600 g Birnen
- 1 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\* (pro konsistenzadaptierte Portion)
- 6 Messlöffel ThickenUP<sup>®</sup> clear\*\*

## ANRICHTEN

Die Mousse mit Rum-Reduktion in die einzelnen Servierschalen geben. Mit den gewürzten Birnen bedecken. Für den Rest der Familie die nicht konsistenzadaptierten Zutaten servieren.

# Getränke



## ZUTATEN

- Wasser
- Kohlensäurehaltige Getränke
- Wein, alkoholfrei
- Champagner, alkoholfrei
- Tee
- Kaffee
- Saft
- ThickenUP® clear\*\*

## ZUBEREITUNG

- Verwenden Sie den in der ThickenUP® clear Dose enthaltenen Messlöffel. Die besten Ergebnisse erzielen Sie, wenn Sie das Pulver in eine saubere, trockene Tasse, ein Glas oder einen Becher geben.
- Geben Sie zunächst die gewünschte Menge des Pulvers in ein leeres Glas, je nach benötigter Konsistenzstufe (IDDSI\*-Level 1:1 Messlöffel, IDDSI-Level 2:2 Messlöffel, IDDSI-Level 3:4 Messlöffel, IDDSI-Level 4:6 Messlöffel).
- Dann 200 ml Flüssigkeit hinzugeben und sofort mit einem Löffel bis zur vollständigen Auflösung umrühren.
- Vor dem Servieren einen Moment stehen lassen.

### KOHLensäUREHALTIGE GETRÄNKE

Um optimale Ergebnisse zu erzielen, rühren Sie das kohlensäurehaltige Getränk zuvor um, um die Kohlensäuremenge zu reduzieren.

### HEISSE GETRÄNKE

Bereiten Sie das Heißgetränk nach Ihren persönlichen Vorlieben zu bevor Sie es dem Pulver hinzufügen. Lassen Sie das eingedickte Heißgetränk vor dem Servieren zur Sicherheit etwas abkühlen.



Diese festlichen  
Rezepte wurden mit  
dem Wunsch kreiert,  
die Feiertage  
zu einer besinnlichen  
Zeit für die ganze  
Familie zu machen.

*Frohe Festtage und  
alles Gute für das Neue Jahr!*

*Genießen Sie es!*



# Festliche MENÜS



für Erwachsene mit  
**SCHLUCKBESCHWERDEN  
(DYSPHAGIE)**  
und für die ganze Familie

## DANKSAGUNG:

Alle Rezepte tragen die persönliche  
Handschrift unserer  
internationalen Referenzköchin,  
Elizabeth Pérez.



Nestlé Health Science  
(Deutschland) GmbH  
Baseler Straße 46  
D-60329 Frankfurt/Main  
[www.nestlehealthscience.de](http://www.nestlehealthscience.de)

Nestlé Health Science  
Nestlé Österreich GmbH  
Wiedner Gürtel 9  
A-1100 Wien  
[www.nestlehealthscience.at](http://www.nestlehealthscience.at)