Tom, Patient mit chronischer Niereninsuffizienz

Ich habe gewichtige Gründe.

Denn jedes Kilo zählt.
restoric® hilft mir dabei.

restoric® nephro prae
Genussrezepte bei chronischer,
nicht dialysepflichtiger Niereninsuffizienz

vitasyn medical

restoric®
nephro prae

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen eine kleine Rezeptauswahl an die Hand geben. Damit wollen wir zeigen, wie Sie Ihre täglichen Speisen auf einfache und abwechslungsreiche Weise mit **restoric® nephro prae** zubereiten können, alternativ zur Anwendung als Trinknahrung.

Alle Rezepte sind hochkalorisch und eiweißreich bei gleichzeitig moderater Zufuhr von Kalium und Phosphat. Die angegebenen Nährwerte beziehen sich auf die Zutaten des Grundrezeptes. Es wurden Durchschnittsnährwerte handelsüblicher Lebensmittel für die Berechnung verwendet.

Generell ist bei der Zubereitung von warmen Gerichten stets Folgendes zu beachten:

- Das Pulver erst nach dem Kochen einrühren!
- Gerichte mit restoric® nicht wieder aufkochen!
- Kein heißes Wasser in den Schüttelbecher füllen! Beim Schütteln mit heißem Wasser entsteht ein hoher Druck. Der Deckel wird aufgesprengt. Verbrennungsgefahr!

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Zubereitung und einen guten Appetit!
Ihr vitasyn medical Team

Cremiger Vanille-Chai-Tee

Zubereitung

Tee erst gut ziehen lassen und anschließend in den Schüttelbecher geben. restoric® Vanille oder Schokolade hinzugeben, gut vermischen – und genießen!

Zutaten für 2 Portionen

- 100 ml kalter oder lauwarmer Chai-Tee (alternativ Gewürztee oder schwarzer Tee)
- 1 Beutel restoric® nephro prae Vanille oder Schokolade

Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	Kalium	Phosphor
150 g	303 kcal	7 g	35 g	15 g	160 mg	80 mg

Eiskaffee

Zubereitung

Kaffee in den Schüttelbecher geben, restoric® Vanille dazu und schütteln. Vanilleeis hinein und die Sahne darüber – fertig ist Ihr Eiskaffee!

Zutaten für 1 Portion

- 100 ml kalter Kaffee
- 1 Kugel Vanilleeis
- 1 Beutel restoric® nephro prae Vanille
- 1 EL geschlagene Sahne

Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	Kalium	Phosphor
200 ml	437 kcal	10 g	46 g	24 g	285 mg	150 mg

Apple-Crumble mit Vanillesauce

Zubereitung

Äpfel in Scheiben schneiden, in eine Backform schichten und 2–3 Esslöffel Wasser hinzufügen. Butter in einem Topf schmelzen, Zucker und Haferflocken dazugeben und vermischen, dabei aber nicht bräunen. Die Haferbrösel über die Äpfel verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 15–20 Minuten goldgelb backen. Vanillesuce aus Haferdrink, Sahne und restoric® Vanille zubereiten und über den Apfelauflauf gießen.

Zutaten für 2 Portionen

- 200 g Äpfel
- 15 g Butter
- 15 g Zucker
- 2 EL feine Haferflocken
- 1 Beutel restoric® nephro prae Vanille
- 50 ml Haferdrink
- 50 ml Sahne

Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	Kalium	Phosphor
200 g	400 kcal	6 g	43 g	23 g	290 mg	115 mg

Schoko-Grießbrei

Zubereitung

Weizengries im Wasser-Sahne-Gemisch im Kochtopf aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und den Grieß ca. 10 Minuten quellen lassen. restoric® Schokolade zum Griesbrei geben und gut vermischen. Nach Lust und Geschmack warm oder kalt genießen!

Zutaten für 1 Portion

- 3 EL Weizengries
- 1 Beutel restoric® nehpro prae Schokolade
- 200 ml Wasser
- 50 ml Sahne

Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	Kalium	Phosphor
250 g	561 kcal	12 g	61 g	30 g	250 mg	140 mg

Erdbeercreme

Zubereitung

Erdbeeren waschen, mit Haferdrink und Puderzucker pürieren. restoric® Erdbeere dazugeben und gut unterrühren. Gelatine 10 Minuten einweichen, ausdrücken und bei milder Hitze in einem kleinen Topf auflösen lassen. Sahne steif schlagen und entweder unter die Erdbeercreme rühren oder abwechselnd mit der Creme schichten. Danach mindestens 30 Minuten kühl stellen. Guten Appetit!

Zutaten für 1 Portion

- 100 g Erdbeeren
- 3 EL Haferdrink
- ½ TL Puderzucker
- 1 Beutel restoric® nephro prae Erdbeere
- 2 Blätter Gelatine
- 50 g Sahne

Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	Kalium	Phosphor
250 g	520 kcal	13 g	47 g	31 g	370 mg	170 mg

restoric®
nephro prae

Wir wünschen Ihnen eine gute Besserung!

Bei Fragen zu unseren Produkten können Sie sich gerne telefonisch an uns wenden, **Hotline: 030 63104790,** oder Sie schreiben uns eine E-Mail an **info@vitasyn.de**

Hier können Sie auch weiteres Informationsmaterial wie z. B. unseren Ratgeber „In 3 Schritten zur richtigen Ernährung – Eine Anleitung für Patienten mit chronischer Nierenerkrankung ohne Dialysebehandlung“ kostenlos anfordern.

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter **vitasyn.de**

600711/04/2023

vitasyn medical GmbH | Segelfliegerdamm 95 | 12487 Berlin
Fon 030 6310479-0 | Fax 030 6310479-59 | info@vitasyn.de
vitasyn.de | **vitasynshop.de**

vitasyn medical