

Maltodextrin 6

Zur Energieanreicherung mit Kohlenhydraten

Süßt nicht!



Leckere Rezepte
mit Maltodextrin 6

NUTRICIA
Metabolics

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie haben von Ihrem Arzt Maltodextrin 6 empfohlen bekommen. Beim Ausprobieren werden Sie bald sehen, wie mühelos **Maltodextrin 6** in vielen Speisen und Getränken eingesetzt werden kann. Es süßt nicht, es ist vollkommen geschmacksneutral und wird vorzugsweise in Getränke, Suppen und Soßen oder in breiige Speisen eingerührt. Besonders geeignet sind Obst- und Gemüsepürees, Gemüsegerichte, Creme-Suppen sowie fruchtige Nachspeisen.

Der Vorteil von **Maltodextrin 6** gegenüber herkömmlichen Maltodextrinen besteht darin, dass man davon mehr in Speisen einrühren kann und es auf Grund der niedrigeren Osmolalität* viel besser verträglich ist.

In diesem Heft finden Sie viele Anregungen und Rezeptideen, wie Sie herzhaftere Gerichte mit **Maltodextrin 6** anreichern können. Energiereiche Drinks, leckeres Müsli zum Frühstück, pikante Suppen oder cremige Desserts – es ist für jeden Geschmack etwas dabei. Lassen Sie sich von den nächsten Seiten einfach inspirieren und probieren Sie es aus.

Guten Appetit wünscht Ihnen

Ihr Team von Nutricia Metabolics

* Die Osmolalität gibt die Teilchenanzahl osmotisch aktiver Substanzen wie Zucker oder Salze pro Kilogramm Wasser an.

Abkürzungen

EL = Esslöffel TL = Teelöffel Pck. = Päckchen/Packung ML = Messlöffel

Weitere Informationen zu dem Produkt finden Sie unter
www.nutricia-metabolics.info

Kontaktieren Sie unsere **Helpline** unter **00800 747 737 99**

Was ist Maltodextrin 6

Maltodextrin 6 ist ein weißes, wasserlösliches, geruchs- und geschmacksneutrales Kohlenhydrat-Pulver zur Energieanreicherung von sowohl warmen als auch kalten Speisen und Getränken. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (ergänzende bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei Patienten mit unzureichender Energieaufnahme oder erhöhtem Energiebedarf.

Die besonderen Vorteile von Maltodextrin 6

- niedrige Osmolalität und somit sehr gut verträglich
- ermöglicht eine doppelte Energieanreicherung**
- süßt nicht; geschmacksneutral
- von Natur aus frei von Gluten, Lactose und Fructose
- frei von Eiweiß und Fett
- schnell und vollständig resorbierbar
- leicht löslich
- koch- und backstabil

Zusammensetzung von Maltodextrin 6

	pro 100 g Pulver		pro Messlöffel (12,5 g Pulver)	
Energie	1647	kJ	206	kJ
	388	kcal	48	kcal
Proteinheiten	8,1	BE	1,0	BE
Fett	0	g	0	g
davon gesättigte Fettsäuren	0	g	0	g
Kohlenhydrate	96,9	g	12,1	g
davon Zucker	1,3	g	0,16	g
Ballaststoffe	0	g	0	g
Eiweiß	0	g	0	g
Salz	<0,004	g	<0,001	g

Empfohlene Tagesmenge

Maltodextrin 6 kann bis zu einer Dosierung von 50 g zur Energieanreicherung von 100 g einer Speise oder 100 ml Flüssigkeit verwendet werden. Die tägliche Gesamtmenge **Maltodextrin 6** richtet sich nach dem individuellen Energiebedarf.

** gegenüber Maltodextrin 19 kann die doppelte Menge Maltodextrin 6 bei annähernd gleicher Osmolalität eingesetzt werden.

Zubereitungsempfehlung

- **Maltodextrin 6** wird unter Rühren bis zur **vollständigen Auflösung** Getränken, Suppen, Gemüsegerichten oder Obst- bzw. Gemüsepürees zugegeben.
- **Maltodextrin 6** kann in **warme und in kalte Speisen** eingerührt werden.
- **Maltodextrin 6** kann für die Zubereitung von Süßspeisen wie z.B. Rote Grütze vorab mit den anderen Zutaten gemischt und zusammen **aufgekocht** werden.
- **Maltodextrin 6** kann für die Zubereitung von Süßspeisen in **kalter Flüssigkeit gelöst** und mit den weiteren Zutaten zusammen **aufgekocht** werden.
- Besonders Tee, Obst- und Gemüsepürees, Gemüsegerichte, Creme-Suppen und Soßen sowie fruchtige Nachspeisen sind sehr gut zur Anreicherung mit **Maltodextrin 6** geeignet.
- Bei der **Zubereitung von Instant-Suppen oder -Soßen sowie Kartoffelpüree** ist es empfehlenswert, die laut Zubereitungsanweisung angegebene **Flüssigkeitsmenge um ca. 1/5 zu reduzieren**.

Dosierungsempfehlung

	Maltodextrin 6	Energiebeitrag
Getränke		
Fruchtsaft, 125 ml	4 ML = 50 g	194 kcal
Milch (kalt), 1/4 l	4 ML = 50 g	194 kcal
Kakao, 1/4 l	6 ML = 75 g	291 kcal
Tee, 125 ml	4 ML = 50 g	194 kcal
Süßspeisen		
Fruchtjoghurt (aus Vollmilch), 150 g	4 ML = 50 g	194 kcal
Rote Grütze, 200 g	4 ML = 50 g	194 kcal
Schlagsahne (30 % Fett), 200 ml	4 ML = 50 g	194 kcal
Vanillesoße, 200 ml	6 ML = 75 g	291 kcal
Suppen / Soßen		
Suppeneintöpfe / Suppen-Drinks, 125 ml	6 ML = 75 g	291 kcal
Suppen, 250 ml	8 ML = 100 g	388 kcal
Soßen, 200 ml	8 ML = 100 g	388 kcal

Inhalt

Warme und kalte Mix-Getränke		Seite
Limonade		06
Heiße Schokolade		06
Bananen-Nuss-Shake		07
Birnen-Shake		07
Kirsch-Milchshake		08
Bananen-Aprikosen-Buttermilch-Drink		08
Leckeres zum Frühstück		
Frühstücks-Joghurtspeise		09
Müsli-Joghurt		09
Haferbrei mit Apfel und Rosinen		10
Feine Suppen und kräftige Eintöpfe		
Kartoffel-Linsen-Eintopf		11
Tomatensuppe mit Reis		11
Gemüse-Creme-Suppe		12
Hauptgerichte		
Pilz-Gemüse-Soße mit Nudeln		13
Hackfleischragout mit Nudeln		14
Nudeln in Käsesoße		14
Hühnerfrikassee		15
Gemüse-Kartoffelpüree mit Kräutersoße		16
Desserts und süße Soßen		
Schoko-Soße		17
Vanille-Soße		17
Apfelauflauf		18
Spritzgebäck		19
Götterspeise Frucht-Dessert		19

Limonade (2 Portionen)

Zutaten:

150 g **Maltodextrin 6**
 30 ml Zitronensaft
 50 ml Orangensaft
 50 ml Grenadine
 150 ml grüner Tee, kalt



Zubereitung:

Tee nach Packungsangabe zubereiten und kalt stellen. Kalten Tee, Säfte und Grenadine vermischen und **Maltodextrin 6** unterrühren. Nach Wunsch mit Eiswürfeln servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1642/388	0,1	95,2	0,3
gesamt	3289/776	0,2	190,3	0,7

Heiße Schokolade (2 Portionen)

Zutaten:

125 g **Maltodextrin 6**
 50 g Schokolade, zartbitter
 15 g Honig
 1 Pck. Vanillezucker
 400 ml heiße Milch 3,5 % Fett



Zubereitung:

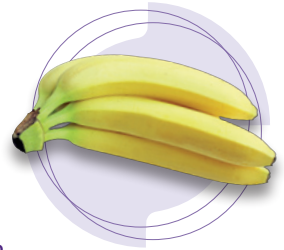
Schokolade, Honig und Vanillezucker in der heißen Milch schmelzen lassen und **Maltodextrin 6** unterrühren. Schokolade in zwei Gläser oder Tassen gießen und sofort servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2293/544	14,9	92,2	8,8
gesamt	4586/1088	29,8	184,3	17,7

Bananen-Nuss-Shake (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
300 ml Milch 3,5 % Fett
50 g Nuss-Nougatcreme
80 g Banane



Zubereitung:

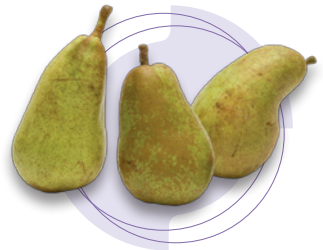
Alle Zutaten in einem Mixer aufschlagen und kalt servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1959/465	13,4	77,7	7,2
gesamt	3918/931	26,8	155,5	14,4

Birnen-Shake (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
160 g Birnen, Dose + 50 ml Saft
200 ml Milch 3,5 % Fett
20 g Schokoladenpulver



Zubereitung:

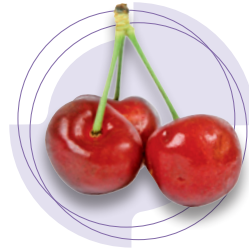
Birnen aus der Dose abtropfen lassen, dabei 50 ml Saft auffangen und mit den Birnenhälften pürieren. Milch und **Maltodextrin 6** zugeben und kurz aufschlagen. Getränk in 2 Gläser gießen und mit Schokoladenpulver bestreut servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1563/371	4,3	77	4,3
gesamt	3125/742	8,6	153,9	8,6

Kirsch-Milchshake (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
300 ml Milch 3,5 % Fett
100 g Kirscheis
50 ml Schlagsahne, 30 % Fett
10 g Zucker
Zimt



Zubereitung:

Alle Zutaten in einem Mixer schaumig schlagen und in zwei hohe Gläser verteilen.
Mit etwas Zimt verziert servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1930/459	14,2	75,9	6,4
gesamt	3860/917	28,4	151,7	12,8

Bananen-Aprikosen-Buttermilch-Drink (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
60 g Aprikose, Dose + 100 ml Saft
80 g Banane
10 g Zucker
250 ml Buttermilch



Zubereitung:

Aprikosen abtropfen lassen, abwiegen und mit 100 ml Saft, Banane, Zucker und Buttermilch in einem Mixer pürieren.

Maltodextrin 6 unterrühren und kalt servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1470/348	0,8	77,8	5,2
gesamt	2940/695	1,5	155,6	10,3

Frühstücks-Joghurtspeise (1 Portion)

Zutaten:

- 50 g **Maltodextrin 6**
- 50 g Banane
- 30 g Aprikosen, Dose oder frisch
- 50 g Honigmelone oder Mango
- 30 g Haferflocken
- 50 g Kiwi
- 100 g Joghurt, 3,5 % Fett



Zubereitung:

Banane in Scheiben, Aprikosen in Streifen und Melone/Mango in Würfel schneiden. Mit Haferflocken vermischen und in eine Schüssel geben. Kiwi pürieren und mit Joghurt und **Maltodextrin 6** verrühren. Über die Haferflocken-Obst-Mischung verteilen.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2112/502	6,2	96	9,5

Müsli-Joghurt (2 Portionen)

Zutaten:

- 75 g **Maltodextrin 6**
- 60 g Banane
- 100 g Pfirsich aus der Dose
- 40 g Haferflocken, zart
- Saft von 1 Orange (ca. 60 ml)
- 250 g Joghurt, 3,5 % Fett



Zubereitung:

Banane und Pfirsich klein schneiden, mit Haferflocken und Orangensaft mischen. Joghurt mit **Maltodextrin 6** verrühren und über die Obst-Flocken-Mischung verteilen.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1597/379	6,1	69,6	8,3
gesamt	3195/759	12,3	139,3	16,1

Haferbrei mit Apfel und Rosinen (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
500 ml (fettarme) Milch
100 g Haferflocken
60 g Rosinen
100 g Apfelmus
20 g Zucker

Zubereitung:

Milch in einem Topf aufkochen und Haferflocken einstreuen. Zugedeckt 10 Minuten ausquellen lassen. Rosinen zugeben und weitere 5 Minuten garen. Von der Herdplatte nehmen, Apfelmus und Zucker mit **Maltodextrin 6** mischen und unter den Brei rühren.



Nährwerte für die Zubereitung mit Vollmilch (3,5 % Fett)

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	3022/719	12,5	130	15,9
gesamt	6043/1438	24,9	259,9	31,8

Nährwerte für die Zubereitung mit fettarmer Milch

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2844/677	7,5	130,2	15,9
gesamt	5688/1353	15,1	260,4	31,9

Kartoffel-Linsen-Eintopf (2 Portionen)

Zutaten:

125 g	Maltodextrin 6	30 g	Porree, feine Würfel
450 ml	Wasser	15 g	Weizenmehl
300 g	Linsen aus der Dose	15 g	Öl
150 g	Kartoffeln, geschält und gewürfelt	100 g	Wienerwurst, dünne Scheiben
30 g	Petersilienwurzel, kleine Würfel		
50 g	Karotte, kleine Würfel		

Zubereitung:

Linsen mit Wasser in einem Topf aufkochen, Kartoffeln und Gemüse zugeben und 15 Minuten kochen. In einer Pfanne Mehlschwitze zubereiten, leicht abkühlen lassen und in die Suppe rühren. Wurstscheiben zugeben und Suppe noch 5 Minuten kochen. **Maltodextrin 6** unterrühren und abschmecken.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2605/619	22,2	89,1	13,0
gesamt	5211/1239	44,4	178,1	26,1

Tomatensuppe mit Reis (2 Portionen)

Zutaten:

100 g	Maltodextrin 6	200 g	Tomatenpüree
100 ml	Tomatensaft	50 g	Schmand, 24 % Fett
100 ml	Brühe		Salz, Pfeffer, Basilikum
50 g	Reis, roh		

Zubereitung:

Tomatensaft mit Brühe aufkochen und den Reis einstreuen. Zugedeckt 15 Minuten leicht kochen. Tomatenpüree zugeben und noch 5 Minuten ziehen lassen. Von der Herdplatte nehmen, **Maltodextrin 6** und Schmand unterrühren. Basilikum fein hacken und in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1796/426	5,7	83,3	7,7
gesamt	3591/852	11,4	166,7	15,3

Gemüse-Creme-Suppe (1 Teller)

Zutaten:

- 75 g Maltodextrin 6
- 50 g Kartoffeln, geschält
- 50 g Karotten, geschält
- 50 g Zucchini
- 10 g Butter
- 100 ml Wasser
- Salz, Petersilie
- 20 ml Schlagsahne, 30 % Fett
- 30 g Kochschinken oder
geräucherter Lachs



Zubereitung:

Kartoffeln, Karotte und Zucchini in Würfel schneiden und in Butter kurz anbraten. Mit Wasser aufgießen und 10 Minuten mit geschlossenem Topfdeckel kochen. Gewürze, Maltodextrin 6 und Schlagsahne zugeben, nach Wunsch pürieren. Kochschinken oder Lachs in dünne Streifen schneiden und in die Suppe geben.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2273/539	17	86,4	8,7

Pilz-Gemüse-Soße mit Nudeln (2 Portionen)

Zutaten:

- 100 g **Maltodextrin 6**
- 100 g Champignons, fein gehackt
- 30 g Zwiebel, fein gehackt
- 80 g Karotte, grob geraspelt
- 50 g Pastinake, grob geraspelt
- 20 g Margarine
- 20 ml Olivenöl
- 20 g Weizenmehl
- 50 ml Milch 3,5 % Fett
- 50 g saure Sahne 10 % Fett
- 100 ml Brühe
- 10 ml Zitronensaft
- Salz, Pfeffer, Petersilie
- 300 g gekochte Nudeln (100 g roh)



Zubereitung:

Margarine und Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin 2 Minuten braten. Brühe aufgießen und 5 Minuten zugedeckt langsam kochen. Mehl und Milch glatt rühren und das Gemüse damit binden. **Maltodextrin 6** und saure Sahne unterrühren, nicht mehr kochen. Soße mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken und mit gekochten Nudeln anrichten.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	3016/718	24,6	107,2	13,3
gesamt	6032/1436	49,3	214,3	26,5

Hackfleischragout mit Nudeln (2 Portionen)

Zutaten:

100 g	Maltodextrin 6	60 g	Blumenkohlröschen, tiefgekühlt
100 g	Hackfleisch	50 ml	Milch 3,5 % Fett
60 g	Karotte, grob geraspelt	10 g	Maisstärke
50 g	grüne Erbsen, tiefgekühlt		Salz, Pfeffer, Petersilie
200 ml	Wasser	300 g	gekochte Nudeln (100 g roh)

Zubereitung:

Hackfleisch in einer heißen Pfanne anbraten, Karotten und Erbsen zugeben und kurz mitbraten. Mit 100 ml Wasser aufgießen, Salz, Pfeffer und Blumenkohlröschen zugeben und zugedeckt 15 Minuten dünsten. Milch und Stärke verrühren und das Ragout damit binden. Ragout noch 2 Minuten langsam kochen. **Maltodextrin 6** mit 100 ml Wasser verrühren und unter das Ragout mischen. Von der Kochplatte nehmen und abschmecken. Gehackte Petersilie zugeben und mit den gekochten Nudeln anrichten.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2512/597	10,1	102	20,7
gesamt	5024/1195	20,2	204,1	41,4

Nudeln in Käsesoße (1 Portion)

Zutaten:

50 g	Maltodextrin 6	150 g	gekochte Nudeln (ca. 50 g roh)
120 ml	Milch 3,5 % Fett		Salz, Pfeffer, frische Kräuter
1	Eigelb		
20 g	Gouda oder anderer Käse, gerieben		

Zubereitung:

Milch, **Maltodextrin 6**, Eigelb und geriebenen Käse in eine Schüssel geben und in einem heißen Wasserbad so lange aufschlagen, bis die Soße dicklich wird. Mit Salz, Pfeffer und frischen Kräutern abschmecken. Die gekochten Nudeln in der Soße servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2644/629	17,5	96,4	19,2

Hühnerfrikassee (2 Portionen)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
120 g Hühnerbrust, ohne Haut
300 ml Wasser
6 g (1 TL) Salz
60 g Karotten, frisch oder tiefgekühlt
50 g Spargel, frisch oder tiefgekühlt
50 g grüne Erbsen, tiefgekühlt
50 ml Milch 3,5 % Fett
10 g Weizenmehl oder Stärke
10 g Kapern, gehackt
50 ml saure Sahne 10 % Fett
Zitronensaft, Salz, Pfeffer,
gehackte Petersilie, Muskat
300 g gekochter Reis (ca. 100 g roh)



Zubereitung:

Hühnerbrust und Salz in einem Topf mit Salzwasser aufkochen und bei schwacher Hitze zugedeckt 10 Minuten kochen. Karotten in Scheiben und Spargel in 2 cm lange Stücke schneiden und mit den Erbsen zu der Hühnerbrust geben. Weitere 10 Minuten kochen. Fleisch herausnehmen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mehl oder Stärke in Milch verrühren und das Gemüse damit binden. Fleisch, Kapern und Gewürze zugeben, aufkochen und von der Herdplatte nehmen. Saure Sahne, **Maltodextrin 6** und Zitronensaft unterrühren. Mit dem Reis anrichten.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2354/560	6,3	100,7	22,0
gesamt	4708/1119	12,7	201,4	44,1

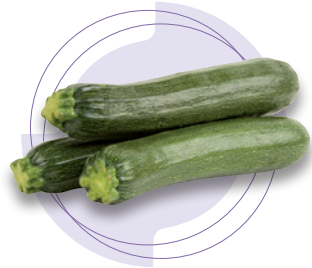
Gemüse-Kartoffelpüree mit Kräutersoße (2 Portionen)

Zutaten Gemüse-Kartoffelpüree:

60 g **Maltodextrin 6**
 100 g Kartoffelpüree-Flocken
 270 ml Wasser
 120 ml Milch 3,5 % Fett
 60 g Zucchini
 60 g Champignons,
 frisch oder tiefgekühlt
 15 ml (1 EL) Öl
 Salz, Pfeffer

Zutaten Kräutersoße:

20 g **Maltodextrin 6**
 150 ml Milch 3,5 % Fett
 10 g Mondamin Soßenbinder, hell
 30 g saure Sahne 10 % Fett
 1 TL (2 g) Kräutermischung,
 tiefgekühlt



Zubereitung:

Gemüse-Kartoffelpüree: Zucchini grob raspeln und Champignons fein hacken. Gemüse in einer Pfanne mit Öl 5 Minuten dünsten und mit Salz und Pfeffer mild würzen. 60 g **Maltodextrin 6** mit Milch verrühren. Wasser mit etwas Salz aufkochen, von der Herdplatte nehmen und die Milch zugeben. Kartoffelpüree-Flocken unterrühren und mit einem Schneebesen locker aufschlagen. Gedünstetes Gemüse unterheben und mit Kräutersoße anrichten.

Kräutersoße: Milch aufkochen, Soßenbinder beim Rühren einstreuen, 2 Minuten kochen und von der Herdplatte nehmen. Saure Sahne, Kräuter und **Maltodextrin 6** unterrühren und abschmecken.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	2250/535	15,7	88,2	9,9
gesamt	4499/1069	31,4	176,4	19,7



Schokosoße (300 ml)

Zutaten:

125 g **Maltodextrin 6**
1 Pck. Dessertsoße Schoko ohne Kochen
280 ml Milch 3,5 % Fett
20 g Zucker

Zubereitung:

Soßenpulver, **Maltodextrin 6** und Zucker mischen, Milch in eine höhere Schüssel gießen. Pulver zugeben und mit dem Handrührgerät (Schneebeesen) zuerst auf Stufe 1 verrühren, danach auf die höchste Stufe umstellen und 1 Minute weiterschlagen. Sofort servieren.



	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion (100 ml)	1160/275	3,4	57,5	3,2
gesamt	3481/825	10,1	172,6	9,6

Vanillesoße (300 ml)

Zutaten:

125 g **Maltodextrin 6**
1 Pck. Dessertsoße Vanille ohne Kochen
280 ml Milch 3,5 % Fett

Zubereitung:

Soßenpulver und **Maltodextrin 6** mischen, Milch in eine höhere Schüssel gießen. Pulver zugeben und mit dem Handrührgerät (Schneebeesen) zuerst auf Stufe 1 verrühren, danach auf die höchste Stufe umstellen und 1 Minute weiterschlagen. Sofort servieren.



	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion (100 ml)	1047/248	3,4	50,9	3,2
gesamt	3141/744	10,1	152,7	9,6

Apfelaufbau (2 Portionen)

Zutaten für die Füllung:

25 g **Maltodextrin 6**
200 g Äpfel, geschält
20 g Zucker
Zimt
40 g Rosinen
Fett für Auflaufform

Zutaten für den Teig:

50 g **Maltodextrin 6**
100 ml Milch 3,5 % Fett
3 Eier, getrennt
30 g Zucker
40 g Butter
100 g Mehl

Zubereitung:

Füllung: Äpfel in kleine Würfel schneiden und mit **Maltodextrin 6**, Zucker, Zimt und Rosinen vermischen. Eine Auflaufform mit Fett ausstreichen und die Apfel-Mischung auf den Boden verteilen.

Teig: Milch, Eigelbe, Zucker, **Maltodextrin 6** und zerlassene Butter aufschlagen, Mehl unterrühren und kurz ziehen lassen. Währenddessen Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben. Teig auf die Äpfel verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 40 Minuten backen.

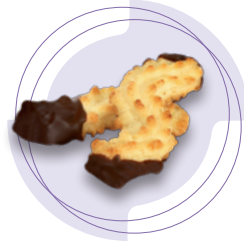
	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	3465/826	26,4	127,1	16,5
gesamt	6930/1652	52,8	254,2	33,1



Spritzgebäck (25 Stück)

Zutaten:

100 g **Maltodextrin 6**
300 g Weizenmehl
230 g Margarine
100 g Zucker
2 Eier



Zubereitung:

Margarine und Zucker schaumig rühren. Eier und **Maltodextrin 6** zugeben, weitere 2 – 3 Minuten rühren und das Mehl unterkneten. Teig in einen Spritzbeutel mit größerer Tülle geben. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech Ringe und andere Formen spritzen. Kekse im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 12 Minuten backen.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Stück (20 g)	605/144	7,9	16,6	1,7
gesamt	15124/3605	196,3	416,2	42,4

Götterspeise-Frucht-Dessert (4 Portionen)

Zutaten:

250 g **Maltodextrin 6**
100 g Mandarinen, geschält
100 g Banane, geschält
100 g Kiwi, geschält
500 ml Wasser
100 g Zucker
1 Pck. (11 g) Götterspeise
mit Gelatine, ohne Kochen

Zubereitung:

Mandarinen in Spalten teilen. Banane und Kiwi in dünne Scheiben schneiden. Wasser mit Zucker und **Maltodextrin 6** aufkochen, Obst zugeben und 1 Minute kochen. Topf von der Herdplatte nehmen und Götterspeise-Pulver rasch unterrühren (nicht mit dem Schneebesen schlagen), bis es sich vollständig auflöst. In 4 flache Dessertschälchen verteilen und mindestens 4 Stunden kalt stellen. Nach Wunsch mit Vanillesoße servieren.

	Energie kJ/kcal	Fett g	Kohlenhydrate g	Eiweiß g
pro Portion	1707/404	0,3	95,6	2,5
gesamt	6829/1617	1,1	382,5	9,9

www.nutricia-metabolics.info

Wir beraten Sie gerne:

Helpline 00800 747 737 99

KA-Mat.Nr. 9908033 1528

Wir sind gerne für Sie da!

Nutricia GmbH

Kontakt Nutricia Metabolics Deutschland, Österreich, Schweiz:

Tel.: 00800-747 737 99 · info-metabolics@nutricia.com

www.nutricia-metabolics.info

