

Specialkost rik på smak,  
färg och näring!



robot coupe®



# Innehåll

## FÖRRÄTTER

---

Morotspuré.....	6
Rödbetssallad med lamm.....	8
Rödkål och rotsellerisallad.....	10
Gurk och tomat gazpacho.....	12
Tabbouleh.....	14

## HUVUDRÄTTER

---

Kalvgryta.....	16
Boef bourguignon.....	18
Marockansk couscous.....	20
Kyckling och makaroner.....	22
Kalkonsauté och ratatouille.....	24
Biffstek med potatisgratäng.....	26
Fiskfilé med pestosås och rödbetor.....	28
Stekt lax i smörsås.....	30

## OST DESSERT

---

Camembert på fullkornsbröd.....	32
Getost med vitt bröd och sallad.....	34

## DESSERTER

---

Pocherade päron och mandelsufflé.....	36
Äppelkaka.....	38
Citronpaj.....	40
Kompott på färska äpplen.....	42

# Robot-Coupe´s Blixer gör skillnad...

## Bakgrund

I takt med att vår livslängd ökar blir antalet äldre som har svårt att tugga och svälga allt fler.

### • DYSFAGI

Äldre med tugg- och sväljproblem behöver vällagad mat med en slät konsistens. Vätskeintaget för dessa personer är också viktigt att tänka på.

### • UNDERNÄRING

Det är inte ovanligt att äldre på ålderdomshem lider av undernäring och vätskebrist på grund av dålig aptit. Ibland nämns siffran 50%. Detta kan också vara fallet med spädbarn, funktionshindrade och patienter på sjukhus och vårdhem. Det är därför viktigt att måltiderna som serveras är:

- Attraktiva
- Energirika
- Näringsrika

## Vilken är lösningen?

Robot-Coupe har utvecklat en ny typ av snabbhack, Blixer´n. I sortimentet finns 21 olika modeller utvecklade för tillagning av specialkost.

Robot-Coupe´s Blixer är för närvarande den enda beredningsmaskinen som kan hantera både kokta och råa livsmedel, utan att någon vätska behöver tillsättas. Vilket innebär att varken smak, näring, mineraler eller vitaminer behöver spädas ut.

Blixer´n gör det också lättare att arbeta med olika konsistenser.

### Förrätt



### Huvudrätt



### Ost dessert



### Dessert



**Blixer´n spar både tid och pengar**, eftersom den måltid som står på menyn kan tillagas och serveras som specialkost till särskilda vårdtagare med tugg- och svälgsvårigheter.



## Blixer´n gör måltiden:

### 1- NÄRINGSRIKTIGARE

Med hjälp av Blixer´n tillgodoses enkelt det dagliga behovet av bl a:

Kalorier

Vitamin-C

Protein

Kalcium

Vitamin-D

↪ Mot benskörhet ←

### 2- ATTRAKTIVARE

Måltiden hör till dagens höjdpunkt. Med hjälp av Blixer´n:

- bevaras smaken,
- retas aptiten,
- blir måltiden något att se fram emot.

## Extra näring:

- För vårdtagare som har svårt att äta och riskerar undernäring är det viktigt att komplettera måltiderna med energirika livsmedel:



- Mjukosten «Den Glada Kon» är ett exempel på en energirik protein- och D-vitaminberikad mjukost.



## Presentationen är viktig:



## Några praktiska redskap:

- Munstycken och påsar för spritsning:



- Sked för t ex queneller:



- Praktiska formar:












# BLIXER® - GUIDE







Förrätt / dessert	Portion i gram		Antal måltider	
	<input type="text"/> g	X	<input type="text"/>	Måltider = <input type="text"/> g

Exempel: 80 g X 10 Måltider = 800 g

Huvudrätt	Portion i gram		Antal måltider	
	<input type="text"/> g	X	<input type="text"/>	Måltider = <input type="text"/> g

Exempel: 300 g X 10 Måltider = 3000 g

Kapacitet per upprepning:	200 gr till 1,5 kg	300 gr till 2 kg	400 gr till 3 kg	500 gr till 3,5 kg	600 gr till 4,5 kg				
	Finns 3-fas uttag?	X	X	✓	X	X	✓	X	✓
									
	Blixer 2	Blixer 3	Blixer 4	Blixer 4-3000	Blixer 4 V.V.	Blixer 5 Plus	Blixer 5 V.V.	Blixer 6	Blixer 6 V.V.

Kapacitet per upprepning:	1 kg till 5 kg	2 kg till 6,5 kg	3 kg till 10 kg	3 kg till 13 kg		
	Finns 3-fas uttag?	✓	X	✓	X	✓
						
	Blixer 8	Blixer 8 V.V.	Blixer 10	Blixer 10 V.V.	Blixer 15/15 V.V.	Blixer 20/20 V.V.

# Morotspuré

## Ingredienser

För 20 personer: • 1.6 kg morötter • 160 g vinägrette

## Gör så här

Skär ned morötterna i bitar och lägg dem i mixerkärlet. Tag bort cirkulationsvingen innan morötterna hackas ned med hjälp av pulsfunktionen. Sätt tillbaka cirkulationvingen.

Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen.

Tillsätt vinägretten genom tratten i locket. Tillsätt kryddor.

Forma morotspurén till queneller med en sked eller servera i ett glas.

## Näringsinformation

- Energi: 194 kJ (46kcal)
- Protein: 0.7 g
- Fett: 2.3 g
- Kolhydrater: 5.6 g
- Kalcium: 25.5 mg
- Vitamin C: 4.5 mg



### Tips:

För att uppnå rätt konsistens tillsätt vinegrätten precis i slutet.





Ursprungsrett



Färdig puré

## + Protein-, kalcium och vitamin D-berikat recept

## Rödbetsallad med lamm

## Ingredienser

För 20 personer:

Rödbetspurén: • 600 g kokade rödbetor • 6 st hårdkokta ägg  
• 150 g mjukost • 40 g bröd • 80 g vinägrette

Lamppurén: • 300 g lammsallad • 200 g mellanskummad mjölk  
• 100 g mjukost • 100 g bröd • 100 g vinägrette

## Gör så här

1. Lägg ned de kokade rödbetorna, de hårdkokta äggen, mjukosten och brödet i mixerkärllet. Starta Blixer`n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på cirkulationsvingen.  
Tillsätt vinägretten genom tratten i locket. Kontrollera kryddningen. Häll upp purén i ett glas.
2. Lägg ned lammköttet, tillsatt mjölk, sallad, bröd mjukosten i mixerkärllet. Starta Blixer`n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på cirkulationsvingen. Tillsätt vinägretten genom tratten i locket. Tillsätt kryddor. Häll upp purén ovanpå den tidigare (1) upphällda rödbetspurén.

## Näringsinformation

- Energi: 449 kJ (107 kcal)
- Protein: 5.3 g
- Fett: 6.1 g
- Kolhydrater: 7.8 g
- Kalcium: 157 mg



## Tips:

Ett trevligt recept, rik på smak och färg.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Rödkål och rotsellerisallad

## Ingredienser

För 20 personer: • 800 g rödkål • 800 g selleri • 160 g vinägrette  
• 2 tsk fransk senap

## Gör så här

Skär rödkålen i tjocka skivor och lägg dem i mixerkärlat.

Använd dig av pulsfunktionen för att hacka ned rödkålen.

Starta och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt vinägretten genom locket. Tillsätt kryddor.

Forma blandningen till queneller med en sked. Eller använd ett glas eller en form.

Tillaga sellerin på samma sätt. Tillsätt gärna en gnutta senap.

## Näringsinformation

- Energi: 154 kJ (37 kcal)
- Protein: 1.3 g
- Fett: 2.3 g
- Kolhydrater: 2.6 g
- Kalcium: 34.5 mg
- Vitamin C: 27 mg



### Tips:

Du kan byta ut vinägretten mot selleri med majonnäs för att göra en selleriremoulad.



Ursprungsrätt



Färdig puré



# Gurk och tomat gazpacho

## Ingredienser

För 20 personer: • 1.2 kg gurka, hälften skalade • 600 g tomater  
• 60 g scharlottenlök • 180 g vinägrette • majsstärkelse

## Gör så här

Skär ned tomaterna och lägg dem i mixerkålret tillsammans med scharlottenlökarna. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt majsstärkelsen och seden vinägretten genom locket. Tillsätt kryddor. Häll upp i ett glas.

Repetera enligt ovan, först med de skalade gurkorna, sedan med de oskalade. Spritsa ett lager av vardera över tomaterna.

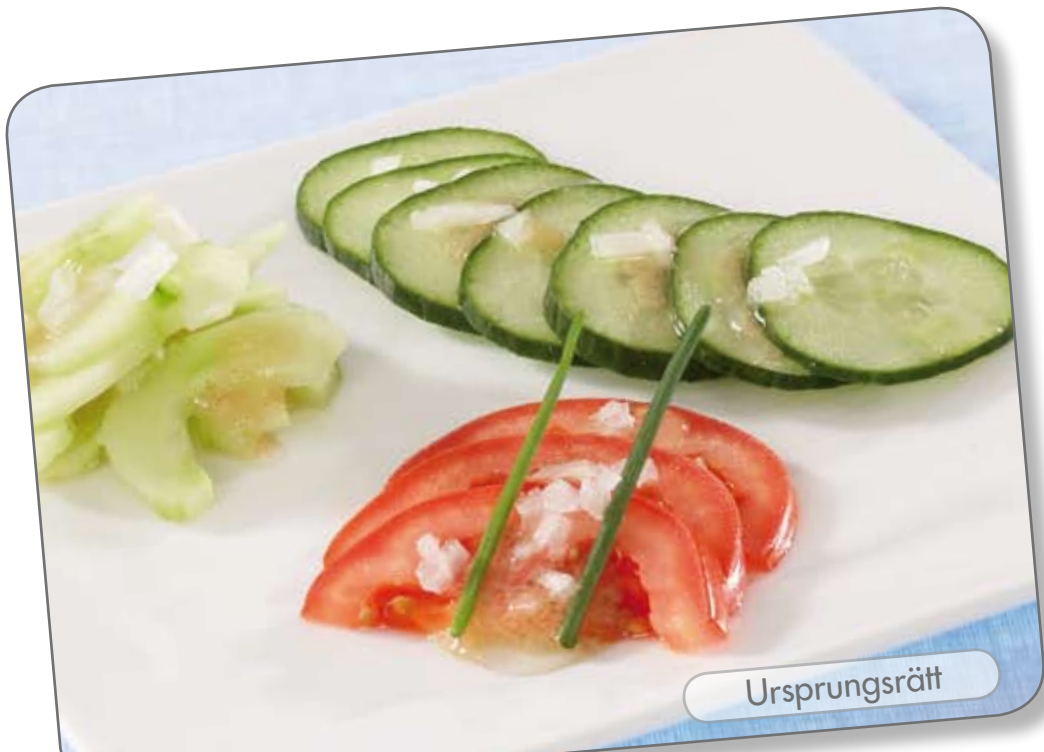
## Näringsinformation

- Energi: 149 kJ (35 kcal)
- Protein: 0.7 g
- Fett: 2.6 g
- Kolhydrater: 2.3 g
- Kalcium: 12 mg
- Vitamin C: 7 mg



### Tips:

Byt ut majsstärkelsen mot ströbröd för en bättre smak och ett högre näringsvärde.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Tabbouleh

## Ingredienser

För 20 personer: • 500 g tomater • 500 g gurkor  
• 200 g paprika • 100 g lök • mynta • persilja • 100 g olivolja  
• 60 g citron • 600 g couscous • vatten • salt och peppar

## Gör så här

Utgå från färdiglagad tabbouleh och couscous. Tillsätt tabbouleh och couscous i mixerkärlet. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Kontrollera kryddningen.

Forma blandningen till queneller eller lägg upp i formar.

## Näringsinformation

- Energi: 675 kJ (161.5 kcal)
- Protein: 4.4 g
- Fett 5.7 g
- Kolhydrater: 22.5 g
- Kalcium: 16 mg
- Vitamin C: 17 mg



### Tips:

Om tabbouleh'n är för kompakt, tillsätt lite vatten eller tomatjuice.





Ursprungsrött



Färdig puré

# Kalvgryta

## Ingredienser

- För 20 personer: • 2.8 kg kalvbog • 1 kg morötter  
 • 1 kg potatis • 2 kvistar timjan • 1 lagerblad • 2 selleristjälkar  
 • 2 vitlöksklyftor  
 Till såsen:  
 • 30 cl crème fraiche • 2 äggulor • citronjuice

## Gör så här

Utgå från den tillagade kalvgrytan. Börja med att lägga ned köttet i mixerkärlet. Starta och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du vrider regelbundet på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite av såsen för att få en slätare konsistens. Kontrollera kryddningen. Håll varmt.

Gör samma sak med morötterna. Tillaga potatismoset med en visp eller med hjälp av potatispurétillsatsen till CL50. Forma köttet och grönsakerna till queneller med en sked. Håll lite sås runt maten.



## Näringsinformation

- Energi: 1239.5 kJ (296.5 kcal)
- Protein: 28.6 g
- Fett: 14.5 g
- Kolhydrater: 12.7 g
- Kalcium: 53 mg



### Tips:

Tillaga potatismoset med så hög temperatur som möjligt och vispa samman på ett lågt varvtal.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Biff bourguignon

## Ingredienser

För 20 personer: • 2.8 kg bräserad biff • 300 g lök • 2.4 kg morötter  
• 1 bukett garni • 75 cl rött vin • 100 g smör • salt • peppar

## Gör så här

Utgå från färdiglagad beuf bourguignon. Börja med att lägga köttet i mixerkärlet. Starta och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite av såsen, om det är nödvändigt, för att få en slätare konsistens. Kontrollera kryddningen. Håll varmt.

Gör samma sak med morötterna.

Forma gärna köttet med hjälp av en form. Spritsa morortspurén till rosor runt köttet. Häll på lite säs runt purén.

## Näringsinformation

- Energi: 1489 kJ (356 kcal)
- Protein: 43 g
- Fett: 16 g
- Kolhydrater: 9 g
- Kalcium: 59 mg



### Tips:

Kom ihåg att använda tillräckligt mycket säs för att undvika att köttet torkar ut.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Marockansk couscous

## Ingredienser

För 20 personer: • 20 merguez korvar • 3 kycklingar  
• 500 g courgettes • 300 g selleri • 500 g rovor • 500 g morötter  
• 1 kg couscous • 400 g kikärter • couscous kryddblandning

## Gör så här

Utgå från din färdiglagade marockanska couscous.

Börja med att lägga ned kycklingen i mixerkärllet. Starta din Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite av spadet om en slätare konsistens önskas. Kontrollera kryddningen. Håll varmt.

Gör samma sak med korvarna, sedan med grönsakerna och till sist med couscousen.

Spritsa korven och kycklingen på tallrikarna. Forma grönsakerna och couscousen till queneller med en sked. Håll lite sås omkring maten.

## Näringsinformation

- Energi: 1898 kJ (454 kcal)
- Protein: 35 g
- Fett: 15.5 g
- Kolhydrater: 43 g
- Kalcium: 72 mg



### Tips:

Bered couscousen het och med ett lågt varvtal. Se till att spadet också är rykande het när den slås på.





Ursprungsrätt



Färdig puré

# Kyckling och makaroner

## Ingredienser

För 20 personer: • 2.5 kg kycklingfilé • 1.6 kg makaroner  
• 200 g äggvitor

## Gör så här

Utgå från den färdiglagade kycklingen och makaronerna. Börja med att lägga ned kycklingen i mixerkärlet. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite grönsaksspad om en slätare konsistens önskas. Kontrollera kryddningen. Håll varmt. Håll makaronerna i Blixer´n. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt äggvitorna. Håll upp purén i timbalformar och ångkoka 15 i minuter på 100°. Forma kycklingen och makaronerna med hjälp av formar.

## Näringsinformation

- Energi: 2167 kJ (518 kcal)
- Protein: 39 g
- Fett: 12.5 g
- Kolhydrat: 58 g
- Kalcium: 31 mg



### Tips:

Tillaga makaronerna i en så hög temperatur som möjligt och på låg hastighet. Se till så att alla grönsaker också är rykande heta när dom puréas.





Ursprungsrätt



Färdig puré

# Kalkonsauté och ratatouille

## Ingredienser

För 20 personer: • 2.5 kg kalkon. Ratatouille: • 1.5 kg tomater  
• 2 lökar • 1.5 kg zucchini • 500 g paprika • 500 g auberginer

## Gör så här

Utgå från färdiglagad kalkonsauté och ratatouille. Börja med att lägga ned köttet i Blixer´n. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen.

Tillsätt lite av spadet om en slätare konsistens önskas. Kontrollera kryddningen.

Håll varmt.

Lägg ned ratatouillen i Blixer´n. Starta och kör kontinuerligt i 60 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen.

Fyll en rostfri form med ett lager kalkon, och därefter ytterligare ett lager med ratatouille. Häll lite spad runt omkring.

## Näringsinformation

- Energi: 1197 kJ (289 kcal)
- Protein: 39 g
- Fett: 11.5 g
- Kolhydrater: 5.5 g
- Kalcium: 51 mg



### Tips:

För att undvika en rinning konsistens, se till att ratatouillen inte innehåller för mycket vätska.



# Biffstek med potatisgratäng

## Ingredienser

För 20 personer: • 2.5 kg biff • 3.5 kg potatis • 125 cl mjölk  
• 100 cl matlagingsgrädde • 6 vitlöksklyftor • salt • peppar  
• 400 g äggvitor

## Gör så här

Utgå från färdiglagad biff och potatisgratäng. Börja med att lägga ned köttet i mixerkärlet. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite grönsaksspad om en slätare konsistens önskas. Kontrollera kryddningen. Håll varmt.

Lägg ned potatisgratängen i mixerkärlet. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på cirkulationsvingens handtag. Tillsätt äggvitorna.

Fyll i timbalformar i aluminium och laga i ångugnen 15 min i 100°C.

Forma köttet som biffar och lägg ut gratängen. Häll lite sås runt purén.

## Näringsinformation

- Energi: 2495 kJ (597 kcal)
- Protein: 33 g
- Fett: 36 g
- Kolhydrater: 36 g
- Kalcium: 130 mg



### Tips:

Om du tillagar rätten i timbalformar och använder äggvitor för att få den rätta konsistensen blir den mer originell.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Fiskfilé med pestosås och rödbetor

## Ingredienser

För 20 personer: • 3 kg vita fiskfiléer • 1.5 kg rädisor • 1.5 kg råa rödbetor. Pestosås: • 5 vitlöksklyftor • 2 klasar basilika  
• 300 g parmesan • ½ l olivolja

## Gör så här

Utgå från den färdiga fisken med tillbehör.

Lägg ned fisken i Blixer'n. Starta och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite grönsaksspad, om det är nödvändigt, för att få en slätare konsistens. Kontrollera kryddningen. Håll varmt.

Bered de kokta rödbetorna och rädisorna på samma sätt.

Forma grönsakspuréerna till queneller med en sked. Använd gärna formar till fisken. Häll peston över fisken.

## Näringsinformation

- Energi: 1856 kJ (444 kcal)
- Protein: 35 g
- Fett: 30.5 g
- Kolhydrater: 7 g
- Kalcium: 240 mg



### Tips:

Röd- och rädispurén lyfter både rättens smak och utseende.





Ursprungsrätt



Färdig puré

## Protein-, kalcium- och D-vitamin berikat recept

## Stekt lax i smörsås

## Ingredienser

För 20 personer: • 2 kg rå lax • 200 g mjukost

- 500 g mellanskummad mjölk
- 300 g äggvitor • 200 g kokt rökt fläsk.

Till smörsåsen: • 100 g scharlottenlökar • 400 g smör

Till garneringen: • 4 kg kokad brysselkål • 200 g Mjukost

## Gör så här

Utgå från den färdiglagade laxen.

Lägg ned laxen och 200 g mjukost i mixerkärlet. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt mjölken för att få en slätare konsistens. Kontrollera kryddningen. Tillsätt äggvitorna. Fördela blandningen i smorda formar (ca 100 g per portion). Täck över och sätt in formarna varmluftugnen i ca 10 min på 95°. Ta ut fisken från formarna.

Till smörsåsen: mixa samman det smälta smöret och charlottenlöken.

Garneringen: mixa ihop den puréade brysselkålen med 200 g mjukost.

## Näringsinformation

- Energi: 1822 kJ (436 kcal)
- Protein: 30 g
- Kolhydrater: 8 g
- Kalcium: 206 mg
- Fett: 32 g



## Tips:

Byt gärna ut ca 10% av fisken mot rökt lax.





Ursprungsrätt



Fördelad konsistens



Färdig puré

# Camembert på fullkornsbröd

## Ingredienser

För 20 personer: • 800 g camembert ost • 400 g skurna fullkornsbröd  
• mjölk

## Gör så här

Lägg ned fullkornsbrödet i mixerkärlet. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite mjölk för att få en slätare konsistens. Häll upp i en bunke.

Gör samma sak med camemberten. Tillsätt lite mjölk för att få en krämigare konsistens.

Spritsa först brödpurén i ett glas, sedan osten.

## Näringsinformation

- Energi: 690 kJ (165 kcal)
- Protein: 10.5 g
- Fett: 9 g
- Kolhydrater: 10 g
- Kalcium: 202 mg



### Tips:

Till det här receptet kan användas alla typer av mjuka ostar, brie m fl.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Getost med vitt bröd och sallad

## Ingredienser

För 20 personer: • 800 g getost • 400 g skuret vitt bröd • mjölk  
• 400 g bataviasallad • 100 g bröd till salladen • 50 g vinägrette

## Gör så här

Lägg ned 400 g nedskuret bröd i mixerkärl.

Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen.

Tillsätt lite mjölk för att få en krämigare konsistens.

Följ samma steg när du tillagar getosten. Återigen kan du tillsätta lite mjölk för att få en slätare konsistens.

Lägg salladen i mixerkärl tillsammans med 100 g bröd. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt vinägretten genom locket. Kontrollera kryddningen.

Spritsa brödpurén i ett glas, tätt följt av salladen och till sist osten.

## Näringsinformation

- Energi: 829 kJ (198 kcal)
- Protein: 10 g
- Fett: 11 g
- Kolhydrater: 14 g
- Kalcium



### Tips:

Både trevligt och bra med en energirik ostdessert efter maten.





Ursprungsrätt



Färdig puré

# Pocherade päron och mandelsufflé

## Ingredienser

- För 20 personer: • 1.25 kg mandlar • 1.25 kg florsocker  
 • 1.25 kg mjöl • 500 g smör • 20 ägg • 10 päron  
 • 50 cl vatten

## Gör så här

Utgå från den färdiga sufflén och kakan.

Lägg ned kakan i mixerkärlet. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Häll upp i ett kärl.

Lägg ned päronen i mixerkärlet. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 30 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Häll upp i ett nytt kärl.

Spritsa den mixade kakan i ett glas, följt av päronen. Dekorera med chokladsås.

## Näringsinformation

- Energi: 4759 kJ (1138.5 kcal)
- Protein: 28 g
- Fett: 59 g
- Kolhydrater: 120 g
- Kalcium: 210 mg



### Tips:

Du kan förstärka smaken genom att tillsätta lite mandel-essens eller mandelmjök.



Ursprungsrett



Färdig puré

# Äppelkaka

## Ingredienser

För 20 personer:

Kakan: • 600 g mördeg • 3 kg äpplen • 100 g socker • mjölk

Karamellglasyr: • 300 g demerarasocker • lite vatten

## Gör så här

Utgå från den färdiga äppelkakan.

Lägg ned äppelkakan i mixerkärllet utan äpplena. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulativsvingen. Om så önskas kan lite mjölk tillsättas för att få en mindre kompakt konsistens. Ställ åt sidan.

Gör samma sak med äpplena. Forma äppelkaksapurén med en sked och spritsa därefter äpplena ovanpå. Garnera med lite glasyr.

## Näringsinformation

- Energi: 1153 kJ (276 kcal)
- Protein: 2.5 g
- Fett: 7 g
- Kolhydrater: 50 g
- Kalcium: 9.5 mg



### Tips:

Servera kakan varm och med en skopa vaniljglass. Strö över lite kanel. Byt gärna ut äpplena mot päron, körsbär etc.





Ursprungsrätt



Färdig puré

# Citronpaj

## Ingredienser

För 20 personer:

Citronfyllningen: • 12 citroner • 450 g socker • 9 ägg  
• 200 g smör. Marängen: • 200 g äggvitor • 300 g socker.  
Degen: • 600 g smördeg

## Gör så här

Utgå från den färdiga pajen.

Börja med att separera marängen och citronfyllningen från pajens botten. Lägg ned pajen botten på mixerkärlet. Starta Blixer´n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationssvingen. Om det är nödvändigt kan du tillsätta lite citronsaft för att få en slätare konsistens.

Häll upp pajbottenpurén i ett glas. Tillsätt citronfyllningen och spritsa slutligen marängen ovanpå.

## Näringsinformation

- Energi: 2310 kJ (552 kcal)
- Protein: 8.2 g
- Fett: 21.6 g
- Kolhydrater: 77 g
- Kalcium: 37 mg



### Tips:

Tillsätt gärna lite juice från kaffir lime.



Ursprungsrätt



Färdig puré

# Kompott på färska äpplen

## Ingredienser

För 20 personer: • 1 kg röda äpplen • 1 kg gröna äpplen • citron

## Gör så här

Skär ned de oskalade och urkärnade gröna äpplena och lägg ned dem i mixerkärllet. Använd gärna pulsfunktionen innan äpplena puréas. Starta Blixer'n och kör kontinuerligt i 60-90 sekunder samtidigt som du regelbundet vrider på handtaget till cirkulationsvingen. Tillsätt lite citronjuice för att förhindra frukten från att bli brun.

Gör på samma sätt med de röda äpplena.

Servera den gröna och röda kompotten i varsitt glas.

## Näringsinformation

- Energi: 189 kJ (45 kcal)
- Protein: 0.2 g
- Fett: 0.2 g
- Kolhydrater: 10 g
- Kalcium: 2.5 mg
- Vitamin C: 3.5 mg



### Tips:

Tillsätt gärna lite kanel, lakrits eller ingefära.



Ursprungsrätt



Färdig puré



# Råsaftcentrifug - J80 Ultra

Ett glas färskpressad juice full av spännande smaker och nyttigheter på några sekunder! Ett enkelt och trevligt sätt att tillgodose behovet av näring och vitaminer.



I Frankrike bidrar J80 Ultra till att uppfylla riktlinjerna i den franska studien French Study Group on Institutional Catering and Nutrition (GEMRCN). Ambitionen är att förbättra näringsvärdet i måltiderna som serveras på ålderdoms- och vårdhem. Ett av GEMRCN viktigaste mål är att öka ätandet av frukt- och grönsaker. Målsättningen är minst en färskpressad frukt juice per dag.

## Fördelarna med J80 Ultra är:

- ett förbättrat dagligt vätskeintag
- ett förbättrat närings- och vitaminintag
- ett ökat ätande av frukt, bär och grönsaker

Att juicen tillagas på ett ögonblick av frukt som väljs ur en skål från t ex en rullvagn uppskattas och ökar aptiten.



# Visp / Stavmixers

Ett omfattande program med 21 olika visp / stavmixers. Robusta, kraftfulla och hygieniska. Mixerfoten är t ex helt löstagbar för rengöring i diskmaskin. Perfekt för t ex en krämig svamp- eller sparrisopsoppa och mycket annat!



**Robust:** kraftfull konstruktion för en lång livslängd.

**Hygienisk:** maskindiskbar mixerfot.

**Kraftfull:** effektiv och kraftfull motor.

## Några fördelar:

- Ökat fiberintag
- Förbättrad smak
- Ekonomisk

## **Tips och råd:**

- Om större bitar råa grönsaker, rotsaker eller frukt skall beredas i Blixer´n rekommenderas att cirkulationsvingen tas bort. Använd sedan pulsfunktion för att hacka ned ingredienserna till mindre bitar. Sätt sedan tillbaka cirkulationsvingen och börja pure´a ingredienserna.
- Vanligtvis behöver ingredienserna bearbetas ca 60-90 sekunder.
- Tillsätt alltid kryddorna i slutet, aldrig innan.
- Äldre och vårdtagare med svälj- och tuggsvårigheter behöver extremt släta och krämiga konsistenser. Var noga med tillagningen.

## **Underhåll av din Blixer®**

- Kontrollera regelbundet att kniven är vass och att cirkulationsvingens gummiskrapor är hela. Skärp bladen vid behov.
- Kontrollera regelbundet att cirkulationsvingens gummiskrapor är hela. Byt dom två locksraporna och kärlskrapan när dom är utslitna.

# Tips- och råd inför tillagningen

## Tillagning - Varmhållning - Servering

- 1) Använd alltid råvaror av högsta kvalitet.
- 2) Väg dina ingredienser: kvantitet / portion x antal gäster.

Till exempel:

Kött 100 g

Grönsaker 150 g

Fisk 100 g

Kolhydratrik mat 100 g

Ägg 100 g

Smaksätt dina grundingsredienser med morötter, lök, vitlök, etc. Arbeta alltid med livsmedel vid en temperatur över 75°. Laga maten normalt, enligt receptet (rostning, sautering eller pochering). Alla ingredienser måste uppnå en temperatur av +75°. Varmhåll (inre temperatur +63 °). Praktiskt att ha en provrätt som referens. Servera så tätt inpå måltiden möjligt.

## Tillagning - Servering - Nedkylning - Uppvärmning - Servering.

### Tillagning för nedkylning och förvaring

+65 ° i slutet av tillagnigen.

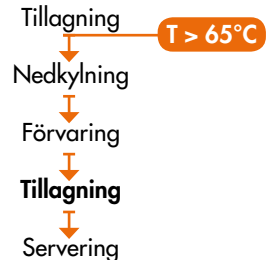
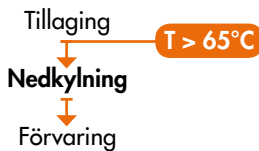
### Tillagning för direkt servering

+65 ° i slutet av tillagnigen.

**Maten hålls nedkyld för tillagning senare samma dag.**

Inom 2 timmar skall maten kylas ned till +10°

Maten hålls kyld eller fryst till den dag den skall puréas och serveras.



### Kommentarer:

- Vid tillagning av varma rätter skall purén hålla en temperatur på minst 65°.
- Vid beredning av kalla rätter skall ingredienserna hålla en initial temperatur på 0-3°.
- Färdiglagade livsmedel som skall förvaras täckta, dateras och förvaras i kylskåp vid 3°.

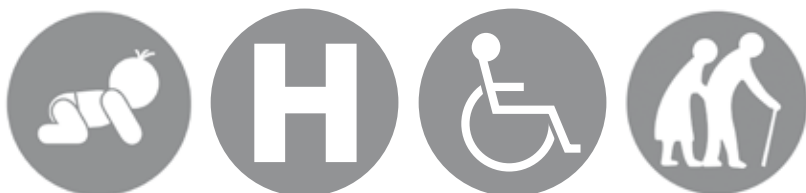
## Rengöring och hygien

- Gör rent maskinens lock, cirkulationsvinge och kniv i diskmaskin efter att Blixer'n använts. Tänk på att det lilla locket på knivens topp kan tas bort för att underlätta rengöringen av kniven. På vissa modeller kan hela kniven tas isär.
- Hygienen kan förbättras genom att spraya maskindelarna med desinfektionslösning avsett för livsmedelsbruk. Skölj noggrant.
- Låt maskindelarna lufttorka på en handduk.
- Förvara gärna mixerkärl, lock, cirkulationsvinge och kniv i kylan.

## HAACP - kontrollpunkter

Kontrollpunkt	Källa till risk	Problem	Orsak	Kritiska nivåer	Förebyggande åtgärder	Åtgärd
Utrustning	Ja	Kontaminering	Kontaminerade maskindelar		Följ rengöringsplanen	Rengör och fortsätt matlagningen
Livsmedlet	Ja	Bakterietillväxt	För låg temperatur i slutet av tillagningen.	Temperatur under 75°	Använd termometer	Höj temperaturen till minst 75° och fortsätt matlagningen.
Livsmedlet	Ja	Bakterietillväxt	Temperatur under 63° i slutet av tillagningen.	Temperatur under 63°	Övervaka temperaturen. Höj till över 63°	Höj temperaturen till minst 63° och fortsätt tillagningen. (Pastörisering)
Livsmedlet	Ja	Bakterietillväxt	Temperatur över 10° fortfarande efter 2 timmar.	Temperatur över 10° fortfarande efter 2 timmar.	Övervaka nedkylningen. Kyl till mindre än 10° på 2 timmar.	Påskynda nedkylningen och fortsätt matlagningen. (Pastörisering)

Stort tack till Nathalie Massit, dietist och nutritionist, vid fastställandet av näringsvärdena i våra recept.



**robot coupe**®

**TILLVERKAD I FRANKRIKE AV ROBOT-COUPÉ s.n.c**

**Försäljningskontor :**

Planiavägen 15, 131 54 Nacka

Tel.: 08 - 570 339 67 - Fax : 08 - 570 339 63

email : robot-coupe@telia.com

[www.robot-coupe.com](http://www.robot-coupe.com)