



Titelbild: iStockphoto | © Julia Davidovich - ThinkstockPhotos.com

Das schmeckt nach Sommer

Leckere Rezepte mit Fresubin® Trinknahrung
Mehr erfahren Sie unter: fresubin.de



Fresubin®
Trinknahrung

Energie gewinnen für den Sommer!



Seite 2, Nr. 70724418 | © Syga Productions | www.merck.com

Eine abwechslungsreiche, vielseitige und bedarfsgerechte Ernährung beeinflusst unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und somit unsere gesamte Lebensqualität. Die ausreichende Versorgung mit Energie und allen Nährstoffen ist für die meisten Menschen zunächst unproblematisch. Im Falle von Erkrankungen jedoch – insbesondere bei älteren Menschen – kann eine Mangelernährung auftreten.

Nachlassender Appetit, ein verändertes Geschmackempfinden, aber auch Probleme beim Kauen oder Schlucken können dazu führen, dass mit der aufgenommenen Nahrung der individuelle Nährstoffbedarf nicht mehr gedeckt werden kann und Nährstoffdefizite auftreten können. Bei drohender oder bestehender Mangelernährung sind Trinknahrungen gute Helfer, die in einem relativ kleinen Volumen einen hohen Gehalt an Energie und allen wichtigen Nährstoffen enthalten.

Mit neuen Frühlings- und Sommerrezepten möchten wir Ihnen zeigen, wie man die Fresubin Trinknahrung* von Fresenius Kabi vielseitig einsetzen und sehr gut und einfach in die normale Ernährung integrieren kann.

Haben Sie ein eigenes Lieblingsrezept und möchten es mit uns teilen, so nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf. Wir freuen uns sehr über Ihre Anregungen:

kundenberatung@fresenius-kabi.com
Tel.: 0800 / 788 7070

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

Fresenius Kabi Deutschland

*Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke. Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

Trinknahrung mal anders

Fresubin Trinknahrung schmeckt nicht nur pur. Wenn es draußen wärmer wird, lässt sie sich köstlich erfrischend und vielseitig einsetzen.

Trinknahrung kann mit Milch- erzeugnissen und Süßspeisen gemischt werden:

- Mit Naturjoghurt, Fruchtjoghurt, Quark, Kefir
- Als Kaffeesahne im Kaffee (z. B. mit Fresubin 2 KCAL Drink Vanille/Neutral)
- Als Schokoladentrunk (z. B. mit Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink Schokolade)
- Als Milchersatz bei Waffel- oder Pfannkuchenteig
- Als Zugabe zu püriertem Obst; zum Herstellen von Fruchtshakes



Lieben Sie Eiscreme? Dann probieren Sie Fresubin Trinknahrung als Eis!

- Portionsweise in kleinen Behältern in Eiswürfelform
- In einer Eisstielform mit einem Löffel
- In einem Schälchen zum Löffeln als Milchspeiseeis

Tipp:

Besonders gut schmeckt uns der säuerlich-frische Fresubin YODRINK als Eis – pur oder mit Früchten!

Zubereitung:

Fresubin YODRINK gut schütteln. Pürierte oder geschnittene Früchte mit der Trinknahrung mischen und die Masse in geeignete Formen füllen. Formen mit integriertem Stiel können direkt tiefgefroren werden. Alternativ das Eis 1 Stunde anfrieren lassen, dann den Stiel gerade hineinstecken und mind. 4 weitere Stunden einfrieren.

Danach einfach aus der Form nehmen und **genießen!**





Crêpes gefüllt mit süßen Kastanien & Vanille-Crème

Zutaten

Crêpes

- 200 ml Fresubin PROTEIN ENERGY Drink Nuss-Geschmack
- 30 g Butter oder Margarine
- 4 Esslöffel Mehl (60 g)
- 2 Eier (88 g)

Kastaniencreme

- 80 g Ricotta
- 160 g süße Kastaniencreme

Vanille-Crème

- 2 Eigelb (40 g)
- 2 Esslöffel Zucker (20 g)
- 200 ml fettarme Milch
- 250 g Fresubin 2 kcal Crème Vanille-Geschmack (2 Becher)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	506
Protein g	21
Fett g	25
Kohlenhydrate g	45
Ballaststoffe g	1

Portion

Ergibt vier Portionen



Seite 4: # 122237998 | © tanacha - foto12.com

SERVIERTIPP:
DEKORIEREN SIE
DIE CRÊPES MIT
MINZBLÄTTERN

Crêpes gefüllt mit süßen Kastanien und Vanille-Crème

Zubereitung der Crêpes

Vermischen Sie Fresubin PROTEIN ENERGY Drink Nuss-Geschmack mit der Butter zu einer glatten Masse. Fügen Sie das Mehl und die Eier hinzu und mischen Sie alles gut. Backen Sie die Crêpes in einer Pfanne mit Butter oder Margarine aus.

Zubereitung der Kastaniencreme

Mischen Sie den Ricotta mit der Kastaniencreme. Geben Sie die Mischung auf die Crêpes und klappen Sie die Crêpes mit Hilfe eines Zahnstochers zu einer Art „Tasche“ zusammen.

Zubereitung der Vanille-Crème

Vermischen Sie das Eigelb mit dem Zucker und der Milch und geben Sie die Mischung in einen Topf. Erwärmen Sie alles und geben 2 Becher Fresubin 2 kcal Crème Vanille hinzu. Legen Sie jeweils einen Crêpe auf einen Teller und bedecken Sie ihn mit der Vanille-Crème.

Haselnuss Schoko-Chip Eis

Zubereitung

Rösten Sie die gehackten Haselnüsse für ein paar Minuten in einer Pfanne ohne Öl.

Erhitzen Sie die Sahne zusammen mit der Milch, einer Prise Salz und den gerösteten Haselnüssen für 10 Minuten. Schlagen Sie nun das Eigelb mit dem Honig, bis es cremig ist. Sobald die Haselnusscreme-Mischung abgekühlt ist, werden die Ei-Mischung sowie der Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack untergerührt.

Anschließend mit einem Stabmixer pürieren. Fügen Sie die Schokoladenstückchen hinzu und geben Sie die Mischung in eine Eismaschine oder ein Gefriergefäß und stellen es in den Gefrierschrank.

Um eine cremige Konsistenz zu erhalten, sollten Sie die Mischung alle 1–2 Stunden umrühren. Das Eis kann nach 6 Stunden serviert werden.



Haselnuss Schoko-Chip Eis

Zutaten

- 200 ml *Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack*
- 100 g *gehackte Haselnüsse*
- 50 ml *Milch*
- 250 ml *Sahne*
- 75 g *dunkle Schokoladenstückchen*
- 5 g *Salz*
- 3 *Esslöffel Honig (60 g)*
- 3 *Eigelb (60 g)*

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	733
Protein g	18
Fett g	54
Kohlenhydrate g	41
Ballaststoffe g	4

Portion

Ergibt vier Portionen





Schoko-Nuss Muffins

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack
- 100 g gehackte Haselnüsse
- 250 g Mehl
- 50 ml Buttermilch
- 100 g dunkle Schokoladen-Drops
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 Ei (44 g)
- 1 Päckchen Backpulver (16 g)
- 100 g Schokolade
- 60 g Zucker

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	746
Protein g	16
Fett g	44
Kohlenhydrate g	67
Ballaststoffe g	6

Portion

Ergibt sechs Portionen



Schoko-Nuss Muffins

Zubereitung

Vermischen Sie das Mehl mit dem Backpulver und sieben Sie es in eine Schüssel. Fügen Sie den Zucker, die gehackten Haselnüsse und die Schokoladen-Drops hinzu. Mischen Sie das Ei, Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack, die Buttermilch und das Öl und fügen Sie dann die trockenen Zutaten hinzu.

Rühren Sie die trockenen Zutaten so lange ein, bis sie vollständig feucht sind. Heizen Sie den Backofen auf 170° C vor.

Legen Sie ein Muffin-Backblech mit Papierförmchen aus und verteilen Sie den Teig gleichmäßig. Backen Sie die Muffins für etwa 20 – 25 Minuten im Ofen.

Lassen Sie die Muffins kurz abkühlen und nehmen Sie sie dann aus dem Muffin-Backblech, um sie auf einem Rost vollständig abkühlen zu lassen. Schmelzen Sie nun die Schokolade in einem Wasserbad und bedecken oder dekorieren Sie die Muffins mit der Schokolade.

Frappuccino

mit gerösteten Haselnüssen

Zubereitung

Hacken Sie die Haselnüsse und rösten Sie diese für ein paar Minuten in einer Pfanne ohne Öl. Geben Sie anschließend die Eiswürfel, Espresso, Zucker und den Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack in einen Mixer. Mixen Sie die Zutaten so lange, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Geben Sie den Frappé in ein großes Glas und garnieren Sie ihn mit Schlagsahne und den gerösteten Haselnüssen.



Seite 7: # 659271566 | © Yulia_Kotina - iStockphoto.com



Frappuccino mit gerösteten Haselnüssen

Zutaten

- 125 ml *Fresubin 3.2 KCAL Drink Haselnuss-Geschmack*
- 15 – 20 *Eiswürfel, crushed*
- 1 *Espresso oder Instant-Espressopulver (5 g)*
- 30 g *Zucker*
- 20 g *Schlagsahne*
- 25 g *Haselnüsse*

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	746
Protein g	24
Fett g	42
Kohlenhydrate g	68
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt eine Portion



Bananen-Freude

Zutaten

Schoko-Bananen Creme:

- 100 ml Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink Schokoladen-Geschmack
- 100 g reife Banane
- Saft einer halben Zitrone (35 g)
- 50 g Zucker
- 200 g Magerquark (0,2 % Fett)
- 1 gehäufter Löffel Kakaopulver (15 g)
- 3 g Gelatine (1,5 Blätter)

Vanille-Quark:

- 100 ml Fresubin 2 kcal DRINK Vanille-Geschmack
- 200 g Magerquark (0,2 % Fett)
- 25 g Zucker
- 1 Blatt Gelatine (2 g)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	291
Protein g	20
Fett g	6
Kohlenhydrate g	39
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt vier Portionen



Seite 8: # 518649800 | lko636 - istockphoto.com

**SERVIERTIPP:
FÜGEN SIE
SCHLAGSAHNE UND
SCHOKOLADE ALS
TOPPING
HINZU**

Bananen-Freude

Zubereitung der Schoko-Bananen Creme

Geben Sie die Banane, den Zitronensaft sowie den Zucker in eine Schüssel und pürieren Sie alles. Mischen Sie danach den Quark, den Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink Schokoladen-Geschmack und das Kakaopulver unter. Weichen Sie die Gelatine ein und entfernen Sie überschüssiges Wasser. Anschließend die Gelatine in die Creme einrühren und die Dessertgläser bis zur Hälfte mit der Creme befüllen.

Zubereitung des Vanille-Quarks

Vermischen Sie den Quark, den Fresubin 2 KCAL Drink Vanille-Geschmack und den Zucker in einer Schüssel. Weichen Sie die Gelatine ein und entfernen Sie überschüssiges Wasser und geben Sie die Masse auf die Schoko-Bananen Creme.

Eisschokolade mit Amaretto



Seite 9: # 494947094 | © Julia - istockphoto.com

Zubereitung

Verrühren Sie 2 Kugeln Vanilleeis mit dem Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink Schokolade und 4 cl Amaretto mit einem Handrührgerät und gießen Sie das Getränk anschließend in ein hohes Glas.



Eisschokolade mit Amaretto

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink Schokoladen-Geschmack
- 2 Kugeln Vanilleeis (120 g)
- 4 cl Amaretto, alkoholfrei

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	730
Protein g	25
Fett g	27
Kohlenhydrate g	82
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt eine Portion



Schoko- & Bananenshake

Schoko- & Bananenshake

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Schokoladen-Geschmack, gekühlt
- 100 g geschnittene Banane
- 2 Kugeln Schokoladeneis (120 g)



Seite 10: # 89499993 | © or-visual - ThinkstockPhotos.com

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	639
Protein g	17
Fett g	26
Kohlenhydrate g	83
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt eine Portion

Zubereitung

Geben Sie Fresubin ENERGY Drink Schokoladen-Geschmack mit der Banane und dem Eis in einen Mixer und mixen Sie alles für 30 Sekunden oder bis die Masse cremig ist. Füllen Sie den Shake in ein Glas.



Doppelte Schokoladen- Überraschung

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Schokoladen-Geschmack
- 1 Teelöffel Schokoladen-Haselnussaufstrich (32 g)
- 5 große Marshmallows (70 g, nach Belieben)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	680
Protein g	15
Fett g	22
Kohlenhydrate g	109
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt eine Portion

Seite 11: # 86525270 | Thinkstockphoto.com

Doppelte Schokoladen- Überraschung

Zubereitung

Geben Sie alle Zutaten in einen Mixer und mischen Sie alles, bis eine cremige Masse entsteht. In ein hohes Glas gießen und servieren.



Bananen-Honig Smoothie

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Vanille-Geschmack
- 1 Esslöffel Honig (20 g)
- 100 g Banane

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	453
Protein g	12
Fett g	12
Kohlenhydrate g	73
Ballaststoffe g	2

Portion

Ergibt eine Portion



Bananen-Honig Smoothie

Zubereitung

Geben Sie alle Zutaten in einen Mixer und mixen Sie, bis eine glatte Masse entsteht. Füllen Sie den Smoothie in ein schönes Servierglas.

Vanille- Pfirsich Joghurt- Shake



Vanille-Pfirsich Joghurt-Shake

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Vanille-Geschmack
- 100 g Dosenpfirsiche (halbiert)
- 100 g Naturjoghurt (3,5 % Fett)
- 10 g Zucker



**SERVIERTIPP:
FÜGEN SIE EINE
PFIRSICH-SPALTE
ALS DEKORATION
HINZU**

Seite 12: ©S. Vanilla Peach

Zubereitung

Pürieren Sie alle Zutaten (Pfirsich, Naturjoghurt, Zucker sowie den Fresubin ENERGY Drink Vanille-Geschmack) und geben Sie den Shake in ein Servierglas.

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	228
Protein g	8
Fett g	8
Kohlenhydrate g	30
Ballaststoffe g	1

Portion

Ergibt zwei Portionen



Multifrukt-Vanille Shake

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Multifrukt-Geschmack, gekühlt
- 1 Kugel Vanilleeis (60 g)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	423
Protein g	14
Fett g	19
Kohlenhydrate g	50
Ballaststoffe g	0

Portion

Ergibt eine Portion

Multifrukt-Vanille Shake



Zubereitung

Geben Sie die Zutaten in einen Mixer und mischen Sie alles für 15 - 20 Sekunden. Danach sofort servieren.



Bananen-Eis am Stiel

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell-Geschmack
- 2 reife Bananen, gefroren (240 g)
- 100 ml Kokosöl
- 8 Esslöffel Kakaopulver (40 g)
- 4 Teelöffel Apfeldicksaft (20 g)
- 30 g Mandelsplitter

Bananen-Eis am Stiel

Zubereitung

Mixen Sie die gefrorenen Bananen und den Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell-Geschmack in einem Mixer bis die Masse cremig ist. Geben Sie die Mischung in Stieleisformen und drücken Sie jeweils einen Holzstiel hinein. Für mindestens 8 Stunden oder über Nacht einfrieren.

Nehmen Sie das Eis am Stiel vorsichtig aus den Formen.

Erhitzen Sie in einem kleinen Topf das Kokosöl und vermischen Sie es mit Kakaopulver und Apfelsaftkonzentrat. Tauchen Sie das Eis am Stiel schnell zur Hälfte in die Flüssigkeit und bestreuen Sie es mit Mandelsplittern oder anderer Dekoration.

Anschließend frieren Sie das Eis noch einmal kurz ohne die Eisformen für 15 Minuten ein, bis es servierfertig ist.

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	353
Protein g	8
Fett g	26
Kohlenhydrate g	19
Ballaststoffe g	4

Portion

Ergibt sechs Portionen



Blaubeer-Pfannkuchen

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell-Geschmack
- 2 Eier (88 g)
- 5 g Salz
- 13 g Zucker
- 2 Teelöffel Backpulver
- 400 g Mehl
- 210 ml Milch
- 100 g Blaubeeren

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	594
Protein g	23
Fett g	12
Kohlenhydrate g	97
Ballaststoffe g	6

Portion

Ergibt vier Portionen

Blaubeer-Pfannkuchen

Zubereitung

Trennen Sie die Eier und schlagen Sie das Eiweiß mit einer Prise Salz steif. Vermischen Sie Eigelb, Zucker, Backpulver sowie eine Prise Salz in einer Schüssel.

Fügen Sie anschließend das Mehl sowie den Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell-Geschmack und die Milch hinzu und rühren Sie, bis die Teigmischung cremig ist. Heben Sie nun vorsichtig das steife Eiweiß unter.

Erhitzen Sie eine Pfanne, mischen Sie die Heidelbeeren in den Teig und rühren Sie sie leicht unter. Backen Sie die Pfannkuchen in der Pfanne, bis sie goldbraun sind.



Seite (Gr. # 480632622) © AnjeleGr - iStockphoto.com

**SERVIERTIPP:
GENIEßEN SIE DIE
PFANNKUCHEN MIT
EIS ODER MIT
AHORN SIRUP.**



Cremiges Erdbeer-Tiramisu

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell-Geschmack
- 250 g Erdbeeren
- 1 Esslöffel Zitronensaft (6 g)
- 1 Esslöffel Honig (20 g)
- 100 g Schlagsahne
- 200 g Magerquark
- 100 g Cantuccini (Mandelgebäck)

Cremiges Erdbeer-Tiramisu

Zubereitung

Waschen Sie zunächst die Erdbeeren und legen Sie 4 beiseite. Würfeln Sie die restlichen Erdbeeren und vermischen Sie Zitronensaft und Honig miteinander. 15 Minuten ruhen lassen.

Schlagen Sie nun die Sahne steif und vermischen Sie sie mit dem Fresubin 3.2 KCAL Drink Vanille-Karamell sowie dem Magerquark.

Zerkleinern Sie die Cantuccini grob und geben Sie sie in 4 Dessertgläser.

Verteilen Sie darauf zuerst eine Schicht Erdbeeren und dann eine Schicht der Sahnemasse. Schließen Sie mit einer Schicht Erdbeeren ab. Garnieren Sie die Gläser mit den 4 übrig gebliebenen Erdbeeren. Stellen Sie das Tiramisu für 1 Stunde in den Kühlschrank.

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	423
Protein g	18
Fett g	19
Kohlenhydrate g	43
Ballaststoffe g	2

Portion

Ergibt vier Portionen



Beeren-Bananen-Shake

Zutaten

- 100 ml Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack, gekühlt
- 100 ml Bananensaft
- 20 g Beeren

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	257
Protein g	11
Fett g	8
Kohlenhydrate g	35
Ballaststoffe g	1

Portion

Ergibt eine Portion



Seite 18: # 929469263 | © kinuography - ThinkstockPhotos.com

Beeren-Bananen-Shake

Zubereitung

Schütteln Sie den gekühlten Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack und befüllen Sie ein Glas zur Hälfte damit. Gießen Sie den Bananensaft über die Rückseite eines Esslöffels langsam in das Glas. Geben Sie anschließend die Beeren hinzu.

Früchte- sorbet



Früchtesorbet

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Waldfrucht-Geschmack
- 450 g gemischte Beeren



Seite 19: # 1790816681 | © Yulia_Davidovich - ThinkstockPhotos.com

Zubereitung

Mixen Sie die Früchte zusammen mit dem Fresubin 200 ml ENERGY Drink Waldfrucht-Geschmack für 1 – 2 Minuten in einem Mixer. Füllen Sie die Masse in einen luftdichten Behälter (mit Deckel) und frieren Sie alles für 1 Stunde ein. Mischen Sie das Sorbet anschließend mit einer Gabel gut durch und frieren Sie es für weitere 2–3 Stunden ein.

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	168
Protein g	5
Fett g	5
Kohlenhydrate g	22
Ballaststoffe g	7

Portion

Ergibt drei Portionen



Waldfrucht Panna cotta

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack
- 2 Eigelb (40 g)
- 4 Esslöffel Zucker (40 g)
- 1 Esslöffel Stärke (15 g)
- 50 ml Sahne
- 3 Blatt Gelatine (6 g)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	145
Protein g	5
Fett g	6
Kohlenhydrate g	17
Ballaststoffe g	0

Portion

Ergibt sechs Portionen

Waldfrucht Panna cotta

Zubereitung

Weichen Sie zunächst die Gelatineblätter in einer Schüssel mit kaltem Wasser ein. Erwärmen Sie dann den Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack.

Eigelb, Stärke und Zucker miteinander vermischen und zum Fresubin 2 KCAL Drink Waldfrucht-Geschmack hinzugeben. Solange kochen bis die Mischung eindickt. Die getränkten Gelatineblätter hinzufügen und darin auflösen. Sahne aufschlagen und unterheben. Gießen Sie anschließend die Masse in kleine Formen (z. B. Becher) und stellen Sie diese für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank.





Erdbeer-Zitronen Shake

Zutaten

- 200 ml Fresubin ENERGY Drink Erdbeer-Geschmack
- 100 g Erdbeeren
- 80 ml frischer Orangensaft
- 40 g Zucker
- 60 ml Sahne
- 2 Teelöffel Zitronensaft (6 g)

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	717
Protein g	14
Fett g	31
Kohlenhydrate g	92
Ballaststoffe g	2

Portion

Ergibt eine Portion

Erdbeer- Zitronen Shake

Zubereitung

Pürieren Sie die Erdbeeren mit einem Stabmixer und fügen Sie den Zitronensaft hinzu.

Anschließend geben Sie den Fresubin ENERGY Drink Erdbeer-Geschmack sowie Orangensaft, Zucker und Sahne hinzu und mischen alles für ein paar Sekunden. Füllen Sie den Shake in ein schönes Servierglas.



Mango-Käsekuchen ohne Backen

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Mango-Geschmack
- 1 Packung Frischkäse (200 g)
- 50 ml Milch
- 30 g Zucker
- 250 g Mangopüree
- 1 Esslöffel Gelatine (15 g)
- 100 ml heißes Wasser
- 200 g Vollkornkekse
- 50 g geschmolzene Butter

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	401
Protein g	11
Fett g	20
Kohlenhydrate g	43
Ballaststoffe g	3

Portion

Ergibt sechs Portionen



Seite 22: # 6970646 | kabvisio - istockphoto.com

Mango-Käsekuchen ohne Backen

Zubereitung

Zerkleinern Sie die Vollkornkekse und vermischen Sie diese mit der geschmolzenen Butter. Drücken Sie die Keksmasse in den Boden einer 26 cm großen Springform.

Vermischen Sie als nächstes den Fresubin 3.2 KCAL Drink Mango-Geschmack mit dem Frischkäse, der Milch und dem Zucker. Geben Sie die Gelatine in heißes Wasser, bis sie vollständig aufgelöst ist und fügen Sie sie dann zur Frischkäse-Mischung hinzu.

Füllen Sie nun alles in die Kuchenform und kühlen Sie den Kuchen für 40 Minuten.

Anschließend das Mangopüree übergießen und den Käsekuchen für mindestens 6 Stunden oder über Nacht kühl stellen.

Mango-Minz Parfait



Selle 23: # 864427134 | © Rimma_Bondarenko - iStockphoto.com



Mango-Minz Parfait

Zutaten

- 200 ml Fresubin 3.2 KCAL Drink Mango-Geschmack
- 1 Mango (500 g)
- 1 Ei (44 g)
- 2 Eigelb (40 g)
- 50 g Zucker
- 400 g Schlagsahne
- Frische Minzblätter (15 g)

Zubereitung

Mango schälen, Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Stabmixer pürieren. Minzblätter fein hacken und beiseite stellen. Eier verrühren, im Wasserbad (65 – 70 ° C) erhitzen und während des Abkühlens umrühren, bis die Masse cremig ist.

Schlagen Sie danach die Sahne auf und heben Sie sie vorsichtig unter die Eimasse. Geben Sie nun das Mango-Püree, den Zucker, Fresubin 3.2 KCAL Drink Mango-Geschmack sowie die Minzblätter hinzu.

Legen Sie bspw. eine Kastenform mit Frischhaltefolie aus und gießen Sie die Parfait-Mischung hinein. Frieren Sie alles für mindestens 12 Stunden ein und nehmen Sie das Parfait kurz vor dem Servieren aus dem Gefrierfach.

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	428
Protein g	9
Fett g	30
Kohlenhydrate g	30
Ballaststoffe g	2

Portion

Ergibt sechs Portionen



Exotischer Reis-Salat mit Shrimps

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Tomate-Karotte-Geschmack
- 100 g Reis (z.B. Basmati)
- 100 ml Kokosmilch (aus der Dose)
- 100 ml Wasser
- 100 g Shrimps
- 1 Esslöffel Pflanzenöl
- 1 Esslöffel Sojasauce
- 1 Limette
- 100 g Mango oder Papaya, gewürfelt
- 1/2 rote Paprikaschote
- 1 Esslöffel Honig
- 2 Esslöffel süße Chili-Sauce
- Gehackte Koriander- oder Minzblätter
- Salz

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	661
Protein g	25
Fett g	23
Kohlenhydrate g	90

Portion

Ergibt zwei Portionen

Exotischer Reis-Salat mit Shrimps

Zubereitung

Den Reis abspülen und abtropfen lassen. Den Reis mit 200 ml Wasser kochen, bis dieser weich ist und das Wasser verdunstet ist.

Die Kokosmilch und Fresubin 2 KCAL Drink Tomate-Karotte in einem Topf erhitzen und den Reis hinzugeben. Etwas abkühlen lassen, dann vorsichtig die gewürfelte Paprika und die Früchte unterheben. Limette auspressen und den Saft mit Honig, Chili-Sauce und Salz vermischen. Shrimps mit Sojasauce würzen, in Öl anbraten und auf dem Salat anrichten. Mit frischen Kräutern garnieren.



Das Gericht kann lauwarm oder kalt gegessen werden.



Die Gazpacho
eignet sich ideal
für heiße Tage in
Kombination
mit frischem
Baguette.

Seite 25: # 513809268 | © IgorDutina - istockphoto.com

Gazpacho

Zubereitung

Das Gemüse waschen und in Stücke schneiden.

Alle Zutaten, einschließlich Fresubin 2 KCAL Drink Tomate-Karotte, im Mixer pürieren. Dies muss eventuell in mehreren Schritten durchgeführt werden. Hierzu bei jedem Schritt etwas von der Gemüsebrühe hinzugeben.

Das Brot zur Bindung ebenfalls in den Mixer geben. (Die Brotmenge kann je nach gewünschter Konsistenz variiert werden.)

Während des Mixens langsam Olivenöl hinzugeben und nach Belieben mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Chili würzen.

In eine große Schüssel füllen, gut umrühren und im Kühlschrank für mindestens eine Stunde abkühlen lassen.



Gazpacho

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Tomate-Karotte-Geschmack
- 1 kleine Zwiebel
- 1/2 Gurke, geschält
- 2-3 Tomaten
- 1/2 rote Paprikaschote
- 1 Scheibe Toast oder Weißbrot
- 2 Esslöffel Weißweinessig
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 150 ml kalte Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Knoblauch, Chili

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	418
Protein g	14
Fett g	23
Kohlenhydrate g	43

Portion

Ergibt zwei Portionen



Italienischer Spargel-Pasta-Salat

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Spargel-Geschmack
- Nudeln (150 g)
- grüner Spargel (250 g)
- grünes Pesto (30 g)
- 1 Teelöffel Zucker
- 2 Esslöffel Weißweinessig
- schwarze Oliven (30 g)
- frische Basilikumblätter
- Parmesankäse (10 g)
- Salz und Pfeffer
- 1 Esslöffel Olivenöl

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	671
Protein g	25,7
Fett g	42,4
Kohlenhydrate g	58,4

Portion

Ergibt zwei Portionen



Italienischer Spargel-Pasta-Salat

Zubereitung

Die Nudeln in Salzwasser nach Vorgaben der Packungsanweisung kochen und mit kaltem Wasser abschrecken.

Den Spargel im unteren Drittel schälen und in Stücke von etwa 5 cm Länge schneiden.

Fresubin 2 KCAL Drink Spargel und Pesto mit einem Schneebesen verrühren und mit Zucker, Essig, Salz und Pfeffer würzen. Nach und nach das Olivenöl unterrühren.

Die Nudeln mit dem Dressing vermischen.

Die Oliven in Ringe und die Basilikumblätter in Streifen schneiden.

Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und den Spargel für ca. 3 min von allen Seiten anbraten.

Die angemachten Nudeln mit dem Spargel auf einem großen Teller anrichten. Mit Parmesan, Olivenringen und Basilikumstreifen garnieren.

Kalte Spargelsuppe



Seite 27 # 159331594 | © ianmiller/stockphoto.com

Zubereitung

Den Spargel schälen und in Stücke von etwa 5 cm Länge schneiden. Spargel in Wasser mit einer Prise Zucker für ca. 15-20 min kochen. Den Spargel herausnehmen und abkühlen lassen.

150 ml abgekühlten Spargelsud, die Spargelstücke und Fresubin 2 KCAL Drink Spargel vermischen und pürieren. Buttermilch und Sauerrahm hinzugeben, gut umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe im Kühlschrank für mindestens 2 Stunden abkühlen lassen und anschließend mit Dill und geräucherten Lachsscheiben garnieren.



Kalte Spargelsuppe

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Spargel-Geschmack
- weißer Spargel (150 g)
- 250 ml Wasser
- 1 Prise Zucker
- 1 Esslöffel Butter
- 2 Esslöffel Sauerrahm
- 100 ml Buttermilch
- geräucherter Lachs (75 g)
- 2 Stängel Dill
- Salz, Pfeffer

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	347
Protein g	23
Fett g	15
Kohlenhydrate g	32

Portion

Ergibt zwei Portionen



Pilz-Risotto

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Champignon-Geschmack
- 1 Schalotte
- Pilze (50 g)
- 1 Esslöffel Pflanzenöl
- Risotto Reis (100 g)
- 75 ml Weißwein
- 200 ml Gemüsebrühe
- Frische Petersilie
- Parmesankäse (25 g)
- 1 Esslöffel Butter
- Salz, Pfeffer

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	582
Protein g	21
Fett g	25
Kohlenhydrate g	67

Portion

Ergibt zwei Portionen

Pilz-Risotto

Zubereitung

Die Schalotte schälen und fein hacken.

Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden.

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten bei mittlerer Hitze anbraten, Pilze hinzugeben und kurz köcheln lassen.

Hitze reduzieren, Reis hinzufügen und kurz anbraten. Mit Wein ablöschen und dann nach und nach die Brühe und Fresubin 2 KCAL Drink Champignon hinzugeben.

Auf niedriger Stufe kochen lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat.

Zum Schluss Butter und geriebenen Parmesan zum Reis geben und mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen.





Nach Belieben
können Sie den
Salat mit frischen
Tomaten
garnieren.

Seite 29: # 653971626 | © Kateryna Kogan - istockphoto.com

Waldpilz-Salat mit Kräutersauce

Zubereitung

Öl in einer Pfanne erhitzen und darin die gehackten Zwiebeln mit den Pilzen bei gelegentlichem Rühren für ca. 3 Minuten braten.

Die Birne in Scheiben schneiden und ca. 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.

Estragon, Kerbel und Petersilie hacken.

Fresubin 2 KCAL Drink Champignon mit den Kräutern, Essig und Öl vermischen.

Den Salat waschen und in eine große Schüssel geben. Die Champignon-Birnen-Mischung in der Mitte auf dem Salat anrichten und die Kräutersauce darübergeben.



Waldpilz-Salat mit Kräutersauce

Zutaten

- 200 ml Fresubin 2 KCAL Drink Champignon-Geschmack
- gemischte Waldpilze (300 g)
- gekräuseltes Salat (150 g)
- 1 Birne
- 1 Zwiebel
- 4 Esslöffel frischer Kerbel
- 2 Esslöffel frischer Estragon
- 2 Esslöffel frische Petersilie
- 4 Esslöffel Weißweinessig
- 3 Esslöffel Rapsöl
- Salz, Pfeffer

Nährwertinformationen pro Portion*

Energie kcal	498
Protein g	16
Fett g	30
Kohlenhydrate g	49

Portion

Ergibt zwei Portionen

Energiereich und lecker



Fresubin 2 KCAL Drink

Geschmacksrichtungen:
Vanille, Waldfrucht, Aprikose-Pfirsich,
Tomate-Karotte, Champignon, Spargel, Neutral



Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink enthält zusätzlich
Ballaststoffe (3 g¹ bzw. 3,2² g/200 ml).

Geschmacksrichtungen: Cappuccino, Schokolade, Lemon

400 kcal/200 ml

20 g Eiweiß/200 ml

Auch in herzhaften Varianten verfügbar



Fresubin 3.2 KCAL Drink

Geschmacksrichtungen: Vanille-Karamell, Haselnuss,
Mango, Cappuccino

400 kcal/125 ml

20 g Eiweiß/125 ml

Joghurtfrischer Geschmack



Fresubin YODRINK

Geschmacksrichtungen: Himbeere,
Aprikose-Pfirsich, Lemon

300 kcal/200 ml

15 g Eiweiß/200 ml

Große Geschmacksvielfalt

Fresubin ENERGY Drink

Geschmacksrichtungen:
Vanille, Waldfrucht, Erdbeere, Cappuccino,
Multifrukt, Schokolade, Neutral

300 kcal/200 ml

**Tipp: Für noch mehr Abwechslung
gibt es Fresubin auch als Crème zum Löffeln.**

Fresubin 2 kcal Crème

Geschmacksrichtungen: Vanille, Walderdbeere,
Cappuccino, Schokolade

250 kcal/125 g

12,5 g Eiweiß/125 g

Fresubin Fresubin YOcrème

Geschmacksrichtungen: Himbeere,
Aprikose-Pfirsich, Lemon

188 kcal/125 g

9,4 g Eiweiß/125 g



Zufuhr von Energie, Eiweiß, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen zum Diätmanagement bei drohender oder bestehender Mangelernährung, insbesondere bei erhöhtem Energiebedarf³ bzw. bei erhöhtem Energie- und Eiweißbedarf⁴.

Bei fehlender oder eingeschränkter Fähigkeit zur ausreichenden normalen Ernährung unter Beachtung der Bestimmungen der AM-RL (Abschnitt I) zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen verordnungsfähig.

1 Lemon, Cappuccino, 2 Schokolade, 3 Fresubin ENERGY Drink, 4 Fresubin 2 KCAL Drink, Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink, Fresubin 3.2 KCAL Drink, Fresubin YODRINK, Fresubin 2 kcal Crème

Bestellinformationen



Artikel	VE*	PZN	VE*	PZN	Handelsform
Fresubin 2 KCAL Drink					
Aprikose-Pfirsich	24 x 200 ml	06964710	4 x 200 ml	06964704	EasyBottle
Vanille	24 x 200 ml	00264093	4 x 200 ml	00063779	EasyBottle
Waldfrucht	24 x 200 ml	00279781	4 x 200 ml	00063785	EasyBottle
Neutral	24 x 200 ml	06129686	4 x 200 ml	06129663	EasyBottle
Spargel	24 x 200 ml	13710720	4 x 200 ml	13710737	EasyBottle
Champignon	24 x 200 ml	13710708	4 x 200 ml	13710714	EasyBottle
Tomate-Karotte	24 x 200 ml	13710677	4 x 200 ml	13710683	EasyBottle
Mischkarton ¹ herzhaft	24 x 200 ml	17581780			EasyBottle
Mischkarton ²	24 x 200 ml	00323341			EasyBottle

¹Der Mischkarton herzhaft enthält die Geschmacksrichtungen 8x Tomate-Karotte, 8x Spargel und 8x Champignon.

²Mischkarton enthält 3 Varianten ohne Ballaststoffe (Aprikose-Pfirsich, Vanille, Waldfrucht) und 3 Varianten mit Ballaststoffen (Cappuccino, Lemon, Schokolade).

Fresubin 2 KCAL FIBRE Drink

Schokolade	24 x 200 ml	00264087	4 x 200 ml	00063762	EasyBottle
Cappuccino	24 x 200 ml	06964650	4 x 200 ml	06964443	EasyBottle
Lemon	24 x 200 ml	06964673	4 x 200 ml	06964667	EasyBottle

Fresubin 3.2 KCAL Drink

Mischkarton (Vanille-Karamell, Haselnuss, Mango, Cappuccino)	24 x 125 ml	12546709			EasyBottle
---	-------------	----------	--	--	------------

*Verpackungseinheit

Über Ihre Apotheke können Sie die Einzelvarianten auch im praktischen 4er-Pack beziehen.



Artikel	VE*	PZN	VE*	PZN	Handelsform
---------	-----	-----	-----	-----	-------------

Fresubin YODRINK

Aprikose-Pfirsich	24 x 200 ml	13703200	4 x 200 ml	11522084	EasyBottle
Himbeere	24 x 200 ml	13703217	4 x 200 ml	11522078	EasyBottle
Lemon	24 x 200 ml	13703223	4 x 200 ml	12442358	EasyBottle
Mischkarton	24 x 200 ml	11522090			EasyBottle

Fresubin ENERGY Drink

Schokolade	24 x 200 ml	03692731	4 x 200 ml	03692725	EasyBottle
Waldfrucht	24 x 200 ml	03692671	4 x 200 ml	03692665	EasyBottle
Erdbeere	24 x 200 ml	03692607	4 x 200 ml	03692470	EasyBottle
Cappuccino	24 x 200 ml	03692760	4 x 200 ml	03692748	EasyBottle
Vanille	24 x 200 ml	03692694	4 x 200 ml	03692688	EasyBottle
Multifrukt	24 x 200 ml	03692719	4 x 200 ml	03692702	EasyBottle
Neutral	24 x 200 ml	02004479	4 x 200 ml	01999661	EasyBottle
Mischkarton	24 x 200 ml	06091564			EasyBottle

Fresubin 2 kcal Crème

Vanille	24 x 125 g	10199014	4 x 125 g	10199020	Becher
Walderdbeere	24 x 125 g	10199037	4 x 125 g	10199043	Becher
Cappuccino	24 x 125 g	10199066	4 x 125 g	10199072	Becher
Schokolade	24 x 125 g	10199089	4 x 125 g	10199095	Becher
Mischkarton	24 x 125 g	10211293			Becher

Fresubin 2 kcal YOcrème

Himbeere	24 x 125 g	09510139	4 x 125 g	09510091	Becher
Aprikose-Pfirsich	24 x 125 g	09510151	4 x 125 g	09510145	Becher
Lemon	24 x 125 g	09510174	4 x 125 g	09510168	Becher
Mischkarton	24 x 125 g	09510197			Becher

*Verpackungseinheit

Über Ihre Apotheke können Sie die Einzelvarianten auch im praktischen 4er-Pack beziehen.

fresubin.de

bietet Wissen und Service

Gut beraten, wenn es darauf ankommt

- Umfangreiche Informationen zu den Fresubin Trinknahrungsprodukten
- Produktfinder – die passende Trinknahrung für Ihre Bedürfnisse
- Große Rezeptdatenbank für energiereiche Genussmomente
- Informationen rund um Mangelernährung
- Ernährungs-Check zur Ermittlung des Mangelernährungsrisikos



Fresubin[®] Trinknahrungen

Gut versorgt, wenn es darauf ankommt

fresubin.de



**FRESENIUS
KABI**

caring for life

Fresenius Kabi Deutschland GmbH
Kundenberatung
61346 Bad Homburg
T 0800 / 788 7070
F 06172 / 686 8239
kundenberatung@fresenius-kabi.de
www.fresenius-kabi.de

wir helfen Menschen