

# Loprofin Weihnachtsmenü 2020

## Eiweißarme festliche Anregungen



### Vorspeise:

Mango Endiviensalat mit Röstbrot  
Italienische Gemüsesuppe  
Nudelsuppe im Dschungel

### Hauptgang:

Kartoffelpüree-Auflauf  
Kartoffelknödel mit Rotkraut und Pilzragout  
Conchiglie mit Pesto und Gemüse

### Dessert:

Gebrannte Reiscrème mit Sternfrucht  
Schoko-Marzipan Panna Cotta  
Bratapfel mit Vanillesoße

### Gebäck:

Donuts  
Heidesand  
Lebkuchenhäuschen

Loprofin- und Milupa-lp-Produkte sind Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).  
Zum Diätmanagement bei PKU und anderen angeborenen Eiweißstoffwechselstörungen.  
Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.



## MANGO-ENDIVIEN-SALAT

Ergibt 4 Portionen à ca. 165 g

Ein knackig fruchtiger Salat mit Biss!

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- ca. 12 kleine Blätter Endiviensalat (100 g)
- 1 kleine Mango (200 g)
- 2 kleine Äpfel (180 g)
- 1 Möhre (80 g)
- Salz, Pfeffer
- 3 EL Sesamöl
- 4 EL Rotweinessig
- 1 TL Zucker
- 40 g [Milupa Ip-flakes](#)

### ZUBEREITUNG:

1. Das Obst und Gemüse zunächst gründlich waschen.
2. Bei den Salatblättern den Strunk entfernen und die Blätter auf vier Tellern dekorativ verteilen.
3. Mango schälen und vom Kern lösen.
4. Die Hälfte der Mango in Würfel schneiden.
5. Die Äpfel vierteln und anschließend in Scheiben schneiden.
6. Von der Möhre mit einem Gemüseschäler längs Streifen abschälen.
7. Mangowürfel, Apfelscheiben und Möhrenstreifen auf den Salatblättern verteilen und mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen.
8. Die restliche Mangohälfte für das Dressing pürieren.
9. Sesamöl, Rotweinessig und Zucker zum Mangopüree geben und gut verrühren.
10. Die Salatsoße über den Salatteller gleichmäßig verteilen.
11. Abschließend mit **Milupa Ip-flakes** garnieren.



## MANGO-ENDIVIEN-SALAT

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

48 mg Phenylalanin  
76 mg Leucin  
29 mg Tyrosin  
14 mg Methionin  
75 mg Lysin  
1,2 g Eiweiß  
24,7 g Kohlenhydrate  
7,9 g Fett  
184 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).




## RÖSTBROT

Ergibt 2 Portionen

**Krosse Brotstücke können in besonderen Formen ausgestochen werden - zu Salaten, Cremesuppen oder einfach als Snack.**

Zubereitungszeit:  10

Schwierigkeitsgrad: 



### ZUTATEN:

- 100 g [Loprofin Fränkisches Kartoffelbrot](#)
- 20 g Kräuterbutter

### ZUBEREITUNG:

1. **Loprofin Fränkisches Kartoffelbrot** in Scheiben schneiden und mit Kräuterbutter bestreichen.
2. Die Scheiben mit der bestrichenen Seite nach unten in einer beschichteten Pfanne bei mäßiger Temperatur rösten. Besonders hübsch ist es, wenn das Brot in Figuren ausgestochen oder in Ecken geschnitten wird. Ein besonderer Bräunungseffekt entsteht in einer geriffelten Grillpfanne.

***Funktioniert natürlich auch mit allen anderen Loprofin Brotsorten und mit Knoblauchbutter.***

} **tipp**



**NÄHRWERTE PRO PORTION:**

8 mg Phenylalanin  
11 mg Leucin  
4 mg Tyrosin  
3 mg Methionin  
8 mg Lysin  
0,3 g Eiweiß  
29,8 g Kohlenhydrate  
7,6 g Fett  
193 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## ITALIENISCHE GEMÜSECREMESUPPE

Ergibt 3 Portionen

Eine kräftige Cremesuppe mit bunter Gemüsemischung, verfeinert mit Crème Fraîche.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ITALIENISCHE  
GEMÜSECREMESUPPE

### ZUTATEN:

- 75 g Möhren
- 75 g Paprika rot
- 40 g Zwiebel
- 75 g Tomaten
- 1 EL Olivenöl
- 550 ml Wasser
- 10 g Gemüsebouillon (Instant)
- 20 g [Loprofin Kartoffelpüree Mischung](#)
- 8 g Crème fraîche, 40 %
- Salz, Pfeffer, Basilikum

### ZUBEREITUNG:

1. Die Möhren und Paprika waschen, schälen, in Würfel schneiden und abwiegen. Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und abwiegen. Die Tomaten halbieren, entkernen, in Würfel schneiden und abwiegen. Die restlichen Zutaten ebenfalls abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. Das Gemüse in einem großen Topf mit Olivenöl andünsten und dann mit Wasser aufgießen. Das Gemüse ca. 10 Minuten weich garen und anschließend mit der kompletten Flüssigkeit zu einer cremigen Suppe pürieren.
3. Die Suppe mit Gewürzen, Kräutern und Gemüsebrühe abschmecken, die **Loprofin Kartoffelpüree Mischung** einrühren, Suppe kurz aufkochen lassen und bis zum gewünschten Punkt eindicken lassen.
4. Zum Schluss die Suppe mit Crème fraîche garnieren.



## ITALIENISCHE GEMÜSECREMESUPPE

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

67 mg Phenylalanin  
93 mg Leucin  
41 mg Tyrosin  
21 mg Methionin  
96 mg Lysin  
1,8 g Eiweiß  
10,5 g Kohlenhydrate  
4,8 g Fett  
94 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## NUDELSUPPE IM DSCHUNGEL

Ergibt 2 Portionen

Heute rasen die Affen durch den Suppenteller und sorgen für Chaos.

Zubereitungszeit:  15

Schwierigkeitsgrad: 



### ZUTATEN:

- 100 g [Loprofin Animal Pasta](#) (roh)
- 10 g Frühlingszwiebel
- 500 ml Wasser
- 5 g Delikatessbrühe, Trockenprodukt
- 50 g Karotte Konserve, abgetropft
- 30 g Erbsen Konserve, abgetropft
- Salz, Pfeffer, frischer Schnittlauch

### ZUBEREITUNG:

1. Die **Loprofin Animal Pasta** in reichlich Wasser nach Packungsanleitung zubereiten, auf ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.
2. Die Frühlingszwiebel putzen und waschen, in feine Ringe schneiden und in den Topf mit Brühe geben. Brühe kochen und darin die abgewogenen Mengen an Möhrchen und Erbsen erwärmen. Die Animal Pasta kurz vor dem Servieren in die Suppe geben, eventuell nachschmecken und vor dem Servieren mit frischem Schnittlauch garnieren.





## NUDELSUPPE IM DSCHUNGEL

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

69 mg Phenylalanin  
115 mg Leucin  
43 mg Tyrosin  
19 mg Methionin  
107 mg Lysin  
1,7 g Eiweiß  
6,6 g Kohlenhydrate  
0,9 g Fett  
200 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## KARTOFFELPÜREE-AUFLAUF

Ergibt 3 Portionen

**Pimp your Püree! Dieses Rezept funktioniert auch mit Resten vom Vortag genial.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



KARTOFFELPÜREE-AUFLAUF

### ZUTATEN:

#### **Für das Püree:**

- 375 ml Wasser
- 100 ml [Loprofin PKU-Milch](#)
- Salz, Muskat
- 1/2 Pck. [Loprofin Kartoffelpüree](#), unzubereitet (65 g)
- 20 g [Loprofin Egg Replacer](#) + Wasser
- 20 g Butter
- 50 g veganer Reibekäse

#### **Für das Gemüse:**

- 1 EL Olivenöl
- 150 g Zucchini
- 1 St. Knoblauchzehe
- 30 g Erbsen abgetropft
- 180 g Tomaten, geschält (Kons.)
- Salz, Pfeffer, Basilikum, Oregano

### ZUBEREITUNG:

- Zunächst das **Loprofin Kartoffelpüree** zubereiten. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, **Loprofin PKU-Milch**, Salz und Muskat dazugeben und die Loprofin Kartoffelpüree-Flocken einrühren. Püree vom Herd nehmen. Den **Loprofin Egg Replacer** in einer kleinen Schüssel mit Wasser glatt anrühren und diesen zusammen mit der Butter und dem veganen Reibekäse unter das Püree mischen. Püree-Masse beiseitestellen und etwas abkühlen lassen.
- Die Zucchini waschen, Stiel und Blütenansatz abschneiden und die Zucchini in Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden. Erbsen auf ein Sieb geben und abtropfen lassen.



## KARTOFFELPÜREE-AUFLAUF

3. Olivenöl in eine Pfanne geben, Zucchiniwürfel und Knoblauchscheiben darin anbraten, bis das Gemüse Farbe bekommen hat. Erbsen zugeben und geschälte Tomaten zugeben und mit dem Pfannenwender etwas zerteilen. Gemüse zusammen erwärmen und abschmecken.
4. Backofen vorheizen.
5. Eine Auflaufform bereitstellen und das Gemüse einfüllen und gleichmäßig verteilen. 2/3 der Püree-Masse auf dem Gemüse verteilen und glattstreichen. Mit einer Zackenkarte oder einer Gabel ein Muster einfügen. Das restliche Püree in einen Spritzbeutel mit Tülle füllen und Streifen oder Punkte auf den Auflauf spritzen.
6. Den Auflauf auf oberer Schiene im Backofen backen, zuletzt noch für 5 Minuten den Grill dazuschalten bis die gewünschte Bräunung entstanden ist.

Backzeit und Temperatur: 15 Min. bei 180 °C Ober- und Unterhitze, ca. 5 Min. bei Grill Stufe 3



## KARTOFFELPÜREE-AUFLAUF

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

115 mg Phenylalanin  
189 mg Leucin  
82 mg Tyrosin  
39 mg Methionin  
173 mg Lysin  
2,9 g Eiweiß  
31,5 g Kohlenhydrate  
13,6 g Fett  
264 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



# KARTOFFELKNÖDEL MIT PILZRAGOUT UND ROTKRAUT

**Ergibt 4 Portionen**

**Festtagsessen für die Weihnachtsfeiertage  
oder für Wintersonntage.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



KARTOFFELKNÖDEL MIT  
PILZRAGOUT UND ROTKRAUT

## ZUTATEN:

### **Für die Knödel:**

- 1 Pck. [Loprofin Kartoffelknödel](#) (unzubereitet)
- 500 g Wasser

### **Für das Pilzragout:**

- 50 g Zwiebeln
- 110 g Pfifferlinge (frisch oder aus Dose)
- 60 g Gänsefett/-schmalz
- 200 g Wasser
- 36 g Klarer Bratensaft, instant
- Salz, Pfeffer

### **Für das Rotkraut:**

- 300 g Apfel-Rotkraut (Glas)
- 30 g Gänsefett/-schmalz
- 150 g Apfel, frisch
- 50 g Preiselbeeren, Konserve
- 20 g Orangensaft

## ZUBEREITUNG:

1. Einen halben Liter Wasser in eine Rührschüssel geben und die **Loprofin Kartoffelknödel-Mischung** mit einem Schneebesen einrühren. Diese Knödelmasse ist schon fertig gewürzt und muss nur zehn Minuten quellen.
2. Mit nassen Händen die Knödelmasse zu einer Walze formen und in acht gleich große Portionen teilen.



## KARTOFFELKNÖDEL MIT PILZRAGOUT UND ROTKRAUT

Diese dann zu Knödeln drehen und mit einer Schaumkelle in kochendes Salzwasser geben. Wenn das Wasser wieder zu sieden beginnt, kann die Temperatur zurückgedreht werden. Die Knödel ziehen 15 Minuten im Salzwasser.

3. Für das Pilzragout eine Zwiebel in Würfel schneiden und in Gänseschmalz anbraten. Wenn die Zwiebelwürfel etwas Farbe bekommen haben, die Pfifferlinge dazugeben, kurz mitbraten und mit Wasser ablöschen. Das Pilzragout wird mit klarem Bratensaft, Salz, Pfeffer und Paprika abgeschmeckt. Zum Warmhalten abdecken.
4. Das Rotkraut in einem Topf erwärmen. Die gewaschenen Äpfel vierteln, das Kerngehäuse herauschneiden und in Spalten schneiden. Die Apfelspalten in einer Pfanne mit Gänseschmalz anbraten bis sie etwas Farbe angenommen haben. Sie dürfen aber noch etwas Biss behalten. Die Apfelspalten zu dem Rotkraut dazugeben und kurz unterheben. Orangensaft und Preiselbeeren hinzufügen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Knödel wieder mit der Schaumkelle herausheben, auf eine Platte setzen, und mit Apfelrotkraut und Pilzragout anrichten.
6. Ein Tüpfchen Sahne krönt das Gericht.



## KARTOFFELKNÖDEL MIT PILZRAGOUT UND ROTKRAUT

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

106 mg Phenylalanin  
160 mg Leucin  
78 mg Tyrosin  
33 mg Methionin  
141 mg Lysin  
3,2 g Eiweiß  
54,4 g Kohlenhydrate  
23,6 g Fett  
444 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## CONCHIGLIE MIT PESTO UND GEMÜSE

Ergibt 4 Portionen

**Superschnelles Pastagericht mit den tollen Muschelnudeln von Loprofin.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



CONCHIGLIE MIT PESTO UND GEMÜSE

### ZUTATEN:

#### **Für das Pesto:**

- 30 g Basilikum
- 75 g [Loprofin Kräuterkräcker](#)
- 150 ml Olivenöl
- Salz, Pfeffer

#### **Für die Pasta:**

- 400 g [Loprofin Conchiglie](#)
- 100 g Paprika, gelb
- 100 g Karotten
- 75 g grüner Spargel
- 1 Knoblauchzehe
- 20 ml Olivenöl

### ZUBEREITUNG:

1. Reichlich Salzwasser (ca. 4 l) zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit die Paprikaschote waschen und putzen und in Streifen schneiden. Die Karotte waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Den grünen Spargel waschen, Stiele frisch anscheiden und den Spargel dann in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Basilikumblätter waschen.
2. Für das Pesto werden die Basilikumblätter in einen Pürrierbecher gegeben. Die **Loprofin Kräuterkräcker** grob zerkleinern und ebenfalls in den Pürrierbecher geben. Das Olivenöl in den Becher wiegen und mit dem Pürrierstab alle Zutaten zu einem Pesto pürieren, zuletzt mit Salz und frischem Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen.
3. Die **Loprofin Conchiglie** nun in das kochende Wasser geben und unter gelegentlichem Umrühren gar kochen. Da sich die Muscheln gerne beim Kochen ineinanderschieben eventuell mehr als üblich umrühren.
4. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen, den Knoblauch kurz anschwitzen und dann die Paprika-,





## CONCHIGLIE MIT PESTO UND GEMÜSE

Karotten- und Spargelstücke dazu geben. Das Gemüse schön anbraten und dann die Temperatur reduzieren. Jeder entscheidet selbst, wie knackig er das Gemüse haben möchte. Pfanne vom Herd nehmen und Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Die gegarten Conchiglie in ein Sieb abgießen und ohne abzuschrecken direkt zum Gemüse in die Pfanne geben. Zuletzt noch kurz das Pesto dazu geben und sofort servieren.

*Das Pesto kann in größerer Menge zubereitet werden und in einem verschlossenen Glas im Kühlschrank aufbewahrt werden. Es eignet sich auch als Zugabe zu geröstetem Brot oder rundet ein Salatdressing fein ab.*

} **tipp**



## CONCHIGLIE MIT PESTO UND GEMÜSE

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

63 mg Phenylalanin  
89 mg Leucin  
37 mg Tyrosin  
24 mg Methionin  
72 mg Lysin  
1,6 g Eiweiß  
104,9 g Kohlenhydrate  
46,6 g Fett  
843 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## GEBRANNTRE REISCREME MIT STERNFRUCHT

Ergibt 4 Portionen

Nicht nur optisch ein Highlight ist diese feine Reiscrème, die mit frischem Obst dekoriert einfach verzaubert.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



GEBRANNTRE REISCREME MIT  
STERNFRUCHT

### ZUTATEN:

- 300 ml [Loprofin PKU-Milch](#)
- 20 g Butter
- 1 Pr. Salz
- 20 g Zucker
- 2 Pck. Vanillezucker
- 80 g [Loprofin Rice](#), roh
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 100 ml Orangensaft
- 25 ml Sahne, mind. 30 % Fett
- 4 Scheiben Carambola (Sternfrucht)
- 40 g Zucker, braun und fein

### ZUBEREITUNG:

- Loprofin PKU-Milch** mit Butter, 1 Prise Salz, Zucker und Vanillezucker aufkochen, **Loprofin Rice** zugeben und einige Male umrühren, dann die Temperatur reduzieren.
- Den Milchreis zugedeckt 15-20 Minuten langsam köcheln lassen, hin und wieder umrühren. Wenn die Reiskörner weich sind wird der Topf vom Herd genommen.
- In einer kleinen Schüssel nun **Loprofin Egg Replacer** mit dem Orangensaft glatt anrühren und anschließend unter die Reis-Masse ziehen.
- Milchreis auf vier kleine feuerfeste Förmchen verteilen, mit süßer Sahne beträufeln, mit je einer Sternfruchtscheibe belegen und mit braunem Zucker bestreuen. Die Creme nun unter den heißen Grill stellen (höchste Stufe) oder mit einem Flambiergerät gratinieren bis der Zucker karamellisiert ist. Dessert warm servieren.



## GEBRANNTRE REISCREME MIT STERNFRUCHT

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

23 mg Phenylalanin  
44 mg Leucin  
17 mg Tyrosin  
13 mg Methionin  
35 mg Lysin  
0,8 g Eiweiß  
46,4 g Kohlenhydrate  
8,0 g Fett  
262 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## SCHOKO-MARZIPAN PANNA COTTA

Ergibt 4 Portionen

Winterliches Sahnedessert mit Alkohol.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



SCHOKO-MARZIPAN PANNA  
COTTA

### ZUTATEN:

- 4 ML [Milupa Ip-drink choco](#) (18 g)
- 130 ml Wasser
- 30 g Zucker
- 1 Vanilleschote
- 10 g Agartine RUF
- 130 g Schlagfix
- 50 g Sahne
- 30 ml Amaretto
- 2 Tropfen Backaroma Bittermandel

### ZUBEREITUNG:

- Milupa Ip-drink choco** mit Wasser glatt anrühren. Zucker, das Mark einer Vanilleschote und die abgewogene Agartine dazu geben und unter Rühren zum Kochen bringen. Ca. 1 Minute leicht köcheln lassen, dann Schlagfix und Sahne hinzufügen und nochmals aufkochen.
- Die Panna Cotta vom Herd nehmen und unter Rühren Amaretto und Bittermandelaroma hinzugeben.
- Die flüssige Panna Cotta in Portionsgläschen oder Förmchen zum Stürzen gießen und mindestens 2-3 Stunden kalt stellen.
- Vor dem Servieren die Panna Cotta mit Zucker bestreuen und mit einem Flambierer ähnlich wie bei einer Crème Brûlée flambieren.



## SCHOKO-MARZIPAN PANNA COTTA

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

22 mg Phenylalanin  
44 mg Leucin  
17 mg Tyrosin  
11 mg Methionin  
33 mg Lysin  
0,5 g Eiweiß  
17,6 g Kohlenhydrate  
10,2 g Fett  
180 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## BRATAPFEL MIT VANILLESÖÙE

Ergibt 4 Portionen

Der Duft von gebackenem Apfel und süÙer Vanille verführt zu GenieÙermomenten.

Zubereitungszeit:  20

Schwierigkeitsgrad: 



BRATAPFEL MIT VANILLESÖÙE

### ZUTATEN:

#### **Für die Bratäpfel:**

- 4 Äpfel à 130 g
- 20 g Butter
- 20 g Zucker
- 30 g rotes Gelee
- 20 g Rosinen
- 30 g [Milupa Ip-flakes](#)

#### **Für die VanillesöÙe:**

- 400 ml Wasser
- 40 g [Milupa Ip-drink](#)
- 20 g Zucker
- 1 Pck. VanillesöÙe zum Kochen

### ZUBEREITUNG:

#### **Für die Bratäpfel:**

- Äpfel waschen, abtrocknen und mit dem Apfelausstecher entkernen. Die **Milupa Ip-flakes** mit dem Zerkleinerungsaufsatz des Pürierstabs zermahlen. Die Rosinen kurz im kochenden Wasser quellen lassen, dann abgieÙen.
- Die Butter mit dem Zucker schaumig rühren, das rote Gelee zugeben und verrühren. Zum Schluss die Rosinen und die zermahlenden Flakes untermischen und die Masse in die Apfellocher füllen.
- Eine feuerfeste Form mit etwas Butter fetten, die gefüllten Äpfel hineinsetzen und im vorgeheizten Backofen backen. Die Bratäpfel sind fertig, wenn die Schale reißt und das Fruchtfleisch weich ist.

Backzeit und -temperatur: 30 Minuten bei 200°C Ober- und Unterhitze



## BRATAPFEL MIT VANILLESÖÙE

### **Für die VanillesoÙe:**

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. **Milupa Ip-drink** mit dem Schneebesen im Wasser glatt verrühren. In einer kleinen Schüssel das SoÙenpulver und den Zucker mit einem kleinen Teil der Flüssigkeit glatt anrühren. Die restliche Flüssigkeit in einem Topf zum Kochen bringen, dann das angerührte SoÙenpulver einrühren und unter ständigem Umrühren einmal aufkochen.

*Die VanillesoÙe kann noch mit extra Vanillemark aus der Vanilleschote verfeinert werden. Anstelle von Milupa Ip-drink und Wasser kann für die VanillesoÙe auch 400 ml Loprofin PKU-Milch verwendet werden. Die Zubereitung bleibt gleich.*

} **tipp**





## BRATAPFEL MIT VANILLESÖÙE

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

29 mg Phenylalanin  
66 mg Leucin  
27 mg Tyrosin  
13 mg Methionin  
53 mg Lysin  
1,1 g Eiweiß  
53,3 g Kohlenhydrate  
7,3 g Fett  
294 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## DONUTS

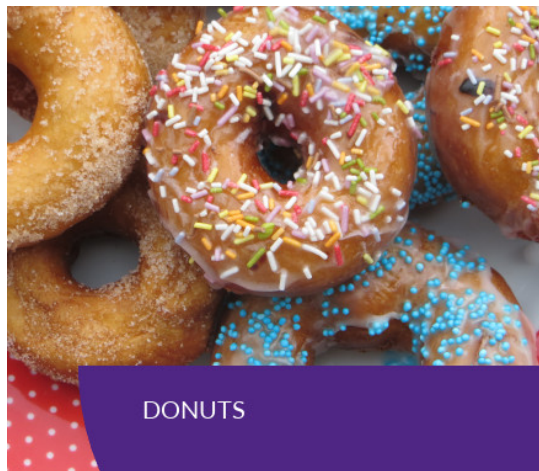
Ergibt 10 Stück

Wer liebt sie nicht? Diese lustigen, runden und bunten Kringel zum Gute-Laune-Kaffee.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

#### Für den Teig:

- 300 g [Loprofin Damin](#)
- 60 g Zucker
- 1 Pr. Salz
- 1 Pck. Vanillezucker
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 200 ml [Loprofin PKU-Milch](#)
- 1 Pck. Trockenhefe (7g)
- 30 g Butter

#### Zum Frittieren:

- 1/2 l Sonnenblumenöl

#### Zum Dekorieren:

- 50 g Puderzucker
- 2 TL Wasser
- evtl. Lebensmittelfarbe
- bunte Zuckerstreusel

### ZUBEREITUNG:

- Für den Hefeteig das **Loprofin Damin**, den Zucker und den **Loprofin Egg Replacer** in eine Schüssel wiegen. Salz und Vanillezucker zugeben und die trockenen Zutaten mit einem Schneebesen mischen.
- In einem kleinen Topf die **Loprofin PKU-Milch** auf ca. 30 °C erwärmen und die Trockenhefe darin auflösen. Die Hefelösung auf einmal zu den trockenen Zutaten geben und mit den Knethaken des elektrischen Rührgeräts alles zusammen zu einem glatten Hefeteig verkneten.
- Zuletzt die Butter in dem kleinen Topf schmelzen und unter den Hefeteig kneten. Dann die Schüssel mit einem Geschirrtuch zudecken und den Teig für 30 Min. gehen lassen.



4. In einem Topf das Sonnenblumenöl erwärmen. Die richtige Temperatur hat das Frittierfett, wenn kleine Bläschen an einem Holzstab aufsteigen, den man kurz in das Fett hält.
5. Nach dem Gehen wird der weiche Hefeteig mit einer Teigkarte in einen Einwegspritzbeutel (oder einen Gefrierbeutel, an dem man eine Ecke mit der Schere abschneidet) eingefüllt.
6. Einen Bogen Backpapier nun in 4 Rechtecke schneiden und mit dem Spritzbeutel Teigringe mit einem Durchmesser von ca. 7 cm aufspritzen. Diese Donuts können dann mithilfe des Backpapiers in das heiße Fett gegeben werden, das Papier löst sich sofort vom Teig und wird mit einer Schaumkelle wieder aus dem Fett gezogen. Je nach Durchmesser des Topfes können mehrere Donuts auf einmal ausgebacken werden. Wenn die Teigringe auf der Unterseite braun gebacken sind werden sie mit einer Schaumkeller gewendet und von der 2. Seite ebenfalls für ca 5 Minuten ausgebacken. Hierbei immer darauf achten, dass das Frittierfett die richtige Temperatur hat.
7. Die fertig gebackenen Donuts mit der Schaumkelle aus dem Fett haben und zum Abkühlen auf ein Kuchengitter mit Küchentrepp setzen.
8. Zum Dekorieren nun den Zuckerguss anrühren und nach Geschmack mit Lebensmittelfarbe einfärben. Die abgekühlten Donuts mit dem Zuckerguss bestreichen und die verschiedenen Dekostreusel aufstreuen.

*Wer es nicht so bunt mag, kann die frisch ausgebackenen, noch heißen Donuts auch einfach in einer Zimt- und Zuckermischung wälzen. Schokoladenfreunde müssen die Glasur entsprechend extra berechnen.*

} tipp



**NÄHRWERTE PRO STÜCK:**

17 mg Phenylalanin  
29 mg Leucin  
14 mg Tyrosin  
8 mg Methionin  
29 mg Lysin  
0,5 g Eiweiß  
39,8 g Kohlenhydrate  
3,0 g Fett  
190 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## HEIDESAND

Ergibt 60 Stück

Einfache Kekse von der Teigrolle geschnitten mit Marzipan und braunem Zucker.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 150 g Butter
- 50 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 2 Tropfen Bittermandel-Aroma
- 30 g Rohmarzipan (Schwartau)
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 60 ml Wasser
- 250 g [Loprofin Damin](#)

### Zum Wälzen:

- 50 g Zucker, braun

### ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. Die Butter in einem Topf gut bräunen, in eine Rührschüssel gießen und kalt stellen. Nun die Butter mit den Rührbesen des elektrischen Rührgerätes schaumig schlagen und nach und nach den Zucker, Vanillezucker, Salz und das Bittermandel-Aroma sowie das klein geschnittene Rohmarzipan zugeben und cremig rühren.
3. Den **Loprofin Egg Replacer** mit dem Wasser glatt verrühren, zur Masse geben und weiter rühren. Anschließend das **Loprofin Damin** auf einmal dazugeben und mit den Knethaken des Rührgeräts unterarbeiten. Den Teig mit den Händen möglichst kurz zusammenkneten und 2 Rollen mit Durchmesser 3 cm formen. Diese werden in braunem Zucker, der auf einer flachen Platte verteilt wurde, gewälzt, danach in Folie gewickelt und im Kühlschrank für zwei Stunden kalt gestellt.
4. Nun den Backofen vorheizen und die Rollen in 1/2 cm dicke Taler schneiden. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 15 Minuten bei 200°C Umluft goldgelb backen.
5. Heidesand mit dem Backpapier auf ein Kuchengitter ziehen und abkühlen lassen.



**NÄHRWERTE PRO STÜCK:**

5 mg Phenylalanin  
7 mg Leucin  
3 mg Tyrosin  
1 mg Methionin  
4 mg Lysin  
0,1 g Eiweiß  
5,7 g Kohlenhydrate  
4,2 g Fett  
61 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).



## HONIGLEBKUCHEN- HÄUSSCHEN

Ergibt 12 Portionen

Lebkuchen mit Zuckerguss gelingen schnell und einfach. Ein Häusschen kann man aus der Teigplatte auch bauen.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



HONIGLEBKUCHENHAUS

### ZUTATEN:

#### **Für den Lebkuchen:**

- 150 g Honig
- 75 g Zucker
- 25 g Margarine
- 1 Prise Salz
- 65 ml Kaffee
- 400 g [Loprofin Damin](#)
- 5 g Backpulver
- 20 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 60 ml Wasser
- Rumaroma, Bittermandelöl,
- 1/2 TL Zimt, 1 Msp. Piment

#### **Für den Zuckerguß:**

- 75 g Puderzucker
- 4 TL Wasser

#### **Deko nach Wahl:**

- z.B. Belegkirschen, gelatinefreie Gummibonbons

### ZUBEREITUNG:

1. Honig, Zucker und Margarine langsam in einem Topf zerlassen, in eine Rührschüssel füllen und abkühlen lassen.
2. Unter die fast erkaltete Masse nach und nach Kaffee, **Loprofin Damin** mit Backpulver und den Gewürzen und den angerührten **Loprofin Egg Relacer** unterrühren.



## HONIGLEBKUCHEN-HÄUSCHEN

3. Ein Backbelch zur Hälfte mit Backpapier auslegen und die Masse 1 cm dick aufstreichen. Zur Abgrenzung vor den Teig ein mehrfach gefaltetes Papier legen.
4. Im vorgeheizten Backofen backen.
5. Die Lebkuchenplatte mit Zuckerguß bestreichen, mit roten Belegkirschen dekorieren und in Rauten schneiden oder ein Lebkuchenhäuschen daraus basteln und mit Leckereien bekleben.

Backzeit und -temperatur: 20 Minuten bei 175 °C





## HONIGLEBKUCHEN-HÄUSCHEN

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

7 mg Phenylalanin  
11 mg Leucin  
4 mg Tyrosin  
3 mg Methionin  
7 mg Lysin  
0,2 g Eiweiß  
52,1 g Kohlenhydrate  
1,8 g Fett  
228 kcal

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.  
Weitere Rezepte finden Sie auf [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info).





# GEMEINSAM FÜR DAS MEHR AN LEBENSQUALITÄT

- Über 50 Jahre Ernährungskompetenz und Erfahrung im Bereich seltener erblicher Stoffwechselstörungen beflügeln uns, unsere Produkte und Services ständig zu verbessern.
- Damit Patienten mit seltenen erblichen Stoffwechselstörungen ihr Leben so normal wie möglich leben können.



FÜR ALLE,  
DIE UNS  
AM HERZEN  
LIEGEN

Wir sind gerne für Sie da!

Nutricia GmbH

Kontakt Nutricia Metabolics Deutschland, Österreich, Schweiz:

Tel.: 00800-747 737 99 · [info-metabolics@nutricia.com](mailto:info-metabolics@nutricia.com) · [www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info)

**NUTRICIA**  
LIFE-TRANSFORMING NUTRITION