

**WEIHNACHTSGLÜCK  
MIT LOPROFIN-REZEPTEN**

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit dem Nährwertberechnungsprogramm PRODI durchgeführt.

## REZEPTIDEEN



Weitere Inspirationen und Rezeptideen finden Sie hier: [www.nutricia-metabolics.de/rezeptideen/eiweissarme-rezepte/](http://www.nutricia-metabolics.de/rezeptideen/eiweissarme-rezepte/)



Für weitere Informationen zu unseren eiweißarmen Produkten, schauen Sie gerne in unseren **Loprofin-Shop: [www.loprofin.de](http://www.loprofin.de)**

Hier finden Sie **eiweißarme Speziallebensmittel** für den ganzen Tag – ob zum Backen, zum Kochen oder nur als Snack zwischendurch, bei uns sind Sie mit allem versorgt, was das Herz begehrt.

## EINFACH BESTELLEN



[www.loprofin.de](http://www.loprofin.de)

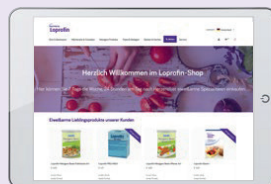


[loprofin.nutricia-milupa@danone.com](mailto:loprofin.nutricia-milupa@danone.com)



**00800 700 500 00\***

Montag bis Freitag von 8 -16 Uhr



## NUTRICIA METABOLICS HELPLINE

**Ganz persönliche Tipps mit Herz gibt es hier!**

Wir sind von Montag bis Freitag von 9 – 17 Uhr unter der **Tel.-Nr. 00 800 747 737 99\*** sowie per **WhatsApp +49 (0) 69 719 135 4600** erreichbar.

Oder Sie schicken uns eine **E-Mail: [info@nutricia-metabolics.de](mailto:info@nutricia-metabolics.de)**



\*gebührenfrei aus Deutschland, Österreich und Schweiz.

Loprofin- und Ip-Produkte sind überwiegend Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei Störungen im Eiweißstoffwechsel (z.B. PKU, MSUD) und anderen Erkrankungen, die eine eiweißarme Ernährung erfordern. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

# Weihnachtsglück 2022

## Kochen und Backen mit Loprofin und Milupa Ip



GEFÜLLTE WEINBLÄTTER



BLUMENKOHLCREMESUPPE



TAGLIATELLE MIT BLATTSPINAT  
UND PINIENKERNEN



ORANGENCREME

### Frühstück:

Schoko-Chili-Aufstrich  
Heißer Kakao mit Sahnehäubchen

### Vorspeise, Suppe:

Gefüllte Weinblätter  
Blumenkohlcremesuppe  
Festtagssuppe

### Hauptgang:

Tagliatelle mit Blattspinat und Pinienkernen  
Kartoffelknödel mit Pilzragout und Rotkraut  
Gemüsecurry indisch mit Jackfrucht

### Dessert:

Panna Cotta  
Orangencreme  
Birne Helene

### Gebäck & Süßes:

Christstollen  
Schmandplätzchen  
Erdmandel-Makronen  
Englische Orangentötchen  
Schokoknusperle  
Weihnachtstorte



SCHOKO-CHILI-AUFSTRICH



CHRISTSTOLLEN



SCHMANDPLÄTZCHEN



ERDMANDEL-MARONEN-KEKSE



## SCHOKO-CHILI AUFSTRICH

Ergibt 14 Portionen à ca. 10 g

**Ganz einfach und raffiniert! Schmeckt  
ohne Chili auch den Kleinen.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



SCHOKO-CHILI AUFSTRICH

### ZUTATEN:

- 100 g weiche Butter
- ½ Chilischote (5 g)
- 30 g [Milupa Ip-drink choco](#)

### ZUBEREITUNG:

1. Die Butter mit einer Gabel, zum Beispiel auf einem Teller, gut zerdrücken.
2. Die Chilischote halbieren, Kerne und Zwischenwände entfernen und hacken. Am besten Handschuhe tragen und Augenkontakt vermeiden.
3. Chili zusammen mit dem **Milupa Ip-drink choco** unter die Butter mischen.

*Im Kühlschrank aufbewahrt, kann der Aufstrich  
auch am nächsten Tag noch verwendet werden.*

} tipp



### NÄHRWERTE PRO PORTION:

5 mg Phenylalanin  
11 mg Leucin  
4 mg Tyrosin  
3 mg Methionin  
0,2 g Eiweiß  
1,7 g Kohlenhydrate  
6,4 g Fett  
64 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).



## HEISSE SCHOKOLADE MIT MILUPA LP-DRINK CHOCO

**Ergibt 1 Portion**

Ob zum Frühstück oder zu Keksen am Mittag, ein wärmender Schokogenuss passt immer.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



HEISSE SCHOKOLADE  
MIT MILUPA LP-DRINK CHOCO

### ZUTATEN:

- 200 ml Wasser, heiß
- 27 g [Milupa lp-drink choco](#) (6 ML)

### Dekoration

- 25 g Leha-Schlagfix sprühfertig
- [Milupa lp-drin choco](#) zum Bestäuben

### ZUBEREITUNG:

- Milupa lp-drink choco** in eine Tasse geben und mit heißem Wasser aufgießen. Mit einem Löffel glatt anrühren und mit Leha Sprühsahne verzieren.
- Etwas **Milupa lp-drink choco** auf die Sprühsahne pudern. Vor dem Trinken kurz umrühren.

*Für eine spicy Variante kann man Chili-Pulver in die heiße Schokolade mit einrühren.*

} **tipp**



## HEISSE SCHOKOLADE MIT MILUPA LP-DRINK CHOCO

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

32 mg Phenylalanin  
70 mg Leucin  
14 mg Tyrosin  
14 mg Methionin  
59 mg Lysin  
1,19 g Eiweiß  
22,0 g Kohlenhydrate  
9,9 g Fett  
182 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).



## GEFÜLLTE WEINBLÄTTER

Ergibt 6 Portionen

Südländische Vorspeise, dazu Tzatziki oder Ajvar servieren.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



GEFÜLLTE WEINBLÄTTER

### ZUTATEN:

- 100 g [Loprofin Rice](#), roh
- 40 g [Loprofin Badener Toastbrot](#)
- 25 g Brunch Paprika & Peperoni
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 20 g [Loprofin Damin](#)
- Thymian, Koriander, Pfeffer, Salz

### Zum Einwickeln:

- 30 Stk. Weinblätter, eingelegt (60 g)

### Zum Garen:

- 10 Stk. Weinblätter
- 1 l Wasser
- 5 g Gemüsebrühe, Pulver
- Etwas Zitronensaft
- Salz

### ZUBEREITUNG:

Vorbereitung: Weinblätter aus der Konserve nehmen und für mindestens 4 Stunden in kaltem Wasser einlegen.

- Loprofin Rice** nach Packungsanleitung zubereiten und abkühlen lassen.
- Altbackenes **Loprofin Badener Toastbrot** in kleine Würfel schneiden und zum Rice geben. Gewürze, Brunch, **Loprofin Egg Replacer** und **Loprofin Damin** ebenfalls dazu geben und alle Zutaten mit einem Kochlöffel oder mit den Händen vermischen.
- Aus der Füllung eine Walze formen und diese in 6 Portionen teilen. Aus jeder Portion mit nassen Händen 5 Reiströllchen formen.
- Stiel von den Weinblättern abschneiden. Die Weinblätter mit der rauen Seite nach oben auf ein Brett





- legen und mit den Reiseröllchen am breiten Ende belegen. Blatt einmal einschlagen, dann die beiden Seiten einschlagen und die Blätter komplett um die Füllung wickeln, bis die Form einer Zigarre entsteht.
- Die gefüllten Weinblätter in einen Topf, der mit Weinblättern ausgelegt ist, eng aneinanderlegen. Es dürfen auch 2 Schichten werden. Dann mit heißer Brühe und Zitronensaft übergießen und für 1/2 Stunde leicht köcheln lassen.
  - Die gefüllten Weinblätter aus dem Sud nehmen und abtropfen lassen.

*Heiß oder kalt mit Tzatziki oder Ajvar servieren.*



Step by step Video- Anleitung zum Befüllen und Garen der gefüllten Weinblätter. Hierzu den QR Code scannen:



**NÄHRWERTE PRO PORTION:**


29 mg Phenylalanin  
54 mg Leucin  
22 mg Tyrosin  
13 mg Methionin  
41 mg Lysin  
0,7 g Eiweiß  
22,9 g Kohlenhydrate  
1,5 g Fett  
109 kcal




## BLUMENKOHL- CREMESUPPE

Ergibt 4 Portionen

Feine cremige Gemüsesuppe mit einem zarten Sahnegeschmack.

Zubereitungszeit:  15

Schwierigkeitsgrad: 



### ZUTATEN:

- 500 g Blumenkohl
- 200 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 200 ml Kochflüssigkeit
- 15 g [Loprofin Kartoffelpüree](#), unzubereitet
- 40 g Sahne, 30 % Fett
- Salz, Pfeffer, Schnittlauch

### ZUBEREITUNG:

1. Den Blumenkohl waschen, in Stücke schneiden und in Salzwasser mit einer Scheibe Zitrone weich dünsten. (Durch die Zugabe von Zitrone bleibt der Blumenkohl schön weiß)
2. Den Blumenkohl mit einer Schaumkelle aus der Kochflüssigkeit nehmen und in einen hohen Pürierbecher geben. 200 ml der Kochflüssigkeit abmessen und zugeben, **Loprofin drink LQ** dazu gießen und den Blumenkohl mit dem Pürierstab pürieren.
3. Die Cremesuppe nun zurück in den Topf geben, noch einmal erwärmen, das **Loprofin Kartoffelpüree** einstreuen um die Cremesuppe damit zu binden und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
4. Sahne mit einem Milchaufschäumer kurz anschlagen und auf die portionierte Suppe als Dekoration geben. Mit frischen Küchenkräutern bestreuen.



## BLUMENKOHLCREMESUPPE

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

119 mg Phenylalanin  
255 mg Leucin  
62 mg Tyrosin  
71 mg Methionin  
209 mg Lysin  
3,7 g Eiweiß  
8,8 g Kohlenhydrate  
4,5 g Fett  
99 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).



## FESTTAGSSUPPE MIT BROTKLÖSSCHEN

Ergibt 4 Portionen

Eine klare Suppe mit feinen Brotklößchen, die zu Festtagen und an kalten Winterabenden schmeckt.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



FESTTAGSSUPPE MIT  
BROTKLÖßCHEN

### ZUTATEN:

#### **Für die Festtagssuppe:**

- 60 g [Loprofin Animal Pasta](#) oder [Loprofin Puntoni](#) (roh)
- 800 ml Wasser
- 16 g Hühner-Kraftboullion instant
- 60 g Karotte
- 20 g Porree
- 20 g Sellerie
- 4 g Schnittlauch

#### **Für die Brotklößchen:**

- 80 g [Loprofin Heilbronner Weißbrot](#)
- 20 g Zwiebeln
- 10 g [Loprofin Backmischung Damin eiweißarm](#)
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 50 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 10 g Margarine
- Salz, Muskat, frische Petersilie

#### **Zum Frittieren der Brotklößchen:**

- Sonnenblumenöl

### ZUBEREITUNG:

#### **Für die Festtagssuppe:**

1. **Loprofin Animal Pasta** oder **Loprofin Puntoni** nach Vorschrift auf der Packung kochen und abschrecken. Die Karotten, Porree und Sellerie schälen und in feine Streifen schneiden. Den Schnittlauch



fein schneiden.

2. Wasser aufkochen, Instant Hühnerkraft-Boullion einrühren und das Gemüse zugeben. Fünf Minuten kochen lassen. Gemüsesuppe warm halten und abgekochte Nudeln bereitstellen.

### Für die Brotklößchen:

1. Die Rinde vom **Loprofin Heilbronner Weißbrot** entfernen. Das Weißbrot in kleine Würfel schneiden und abwägen. Eine Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und dazu wiegen.
2. Alle weiteren Zutaten in die Schüssel zu den Würfeln wiegen und miteinander verkneten. Den Semmelteig kurz quellen lassen, dann kleine Klößchen mit einem Durchmesser von ca. 1,5 cm formen (das gelingt am besten mit feuchten Händen) und diese auf einem Teller bereitstellen.
3. Sonnenblumenöl in einem Topf oder in einer Friteuse zum Sieden bringen und die Klößchen darin portionsweise ausbacken. Mit der Schaumkelle herausnehmen und auf einem Kuchengitter kurz abtropfen lassen.
4. Die Brotklößchen und die abgekochte **Loprofin Animal Pasta** oder **Loprofin Puntoni** erst kurz vor dem Servieren in die heiße Brühe geben und mit Schnittlauch bestreuen.

*Die Klößchen können auch eingefroren werden.*

} tipp

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

#### **Pro Portion Festtagssuppe:**

19 mg Phenylalanin  
24 mg Leucin  
8 mg Tyrosin  
5 mg Methionin  
18 mg Lysin  
0,9 g Eiweiß  
15,5 g Kohlenhydrate  
0,4 g Fett  
69 kcal

#### **Pro Portion Brotklöße:**

6 mg Phenylalanin  
9 mg Leucin  
6 mg Tyrosin  
3 mg Methionin  
9 mg Lysin  
0,2 g Eiweiß  
16,1 g Kohlenhydrate  
3,5 g Fett  
97 kcal



## TAGLIATELLE MIT BLATTSPINAT UND PINIENKERNEN

**Ergibt 3 Portionen**

**Feine Pasta und zarter Spinat mit leichter  
Schärfe und sahnigem Geschmack.**



Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 300 g [Loprofin Tagliatelle](#), roh
- 30 g Margarine
- 30 g Zwiebel, fein gewürfelt
- 100 g Blattspinat, TK
- 30 g Möhren, geraspelt
- 1 Stück Chilischote, rot, frisch
- 10 g Pinienkerne
- 30 ml Sahne, mind. 30 % Fett
- 50 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 50 g veganer Reibegenuss (Simply)
- Salz, Pfeffer, Muskat

### ZUBEREITUNG:

1. Blattspinat nach Vorschrift auf der Verpackung auftauen. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und abwiegen. Die Möhren waschen, schälen, fein raspeln und abwiegen. Die Chilischote in feine Ringe schneiden. Die restlichen Zutaten ebenfalls abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. Margarine in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten.
3. Aufgetauten Spinat ausdrücken und zusammen mit den Möhrenraspeln in den Topf geben und 5 Min. zugedeckt dünsten.
4. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten, Chiliringe dazugeben und kurz mitbraten, dann zum Spinat in den Topf geben.
5. Sahne und **Loprofin drink LQ** mit dem veganen Reibegenuss in einer kleinen Schüssel verrühren, zum Spinat geben und kurz aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
6. Zuletzt die **Loprofin Tagliatelle** nach Packungsanleitung "al dente" kochen, auf ein Sieb geben,



## TAGLIATELLE MIT BLATTSPINAT UND PINIENKERNEN

abtropfen lassen und sofort mit dem Spinat vermischen. Kurz durchziehen lassen und servieren.

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

130 mg Phenylalanin  
218 mg Leucin  
102 mg Tyrosin  
55 mg Methionin  
158 mg Lysin  
3,1 g Eiweiß  
94,3 g Kohlenhydrate  
18,3 g Fett  
553 kcal



# 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 der 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 herausschneiden 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.

### 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



## GEMÜSECURRY INDISCH MIT JACKFRUCHT

Ergibt 1 Portion

Ein feines Curry aus Jackfrucht, Zucchini und Pfirsich. Lässt sich auch mild oder scharf gewürzt mit frischen Ananas und Zuckerschoten variieren.



Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

50 g [Loprofin Rice](#), roh

### Für das Gemüsecurry:

- 2 EL Erdnuss- oder Sesamöl
- 1 g Knoblauchzehe
- 25 g Frühlingszwiebel
- 75 g Zucchini
- 75 g Jackfrucht, Konserve abgetropft
- 60 g Pfirsich, Konserve
- 1 TL Currypulver je nach Geschmack
- 80 g Kokosmilch
- Salz, Pfeffer, Zitronengraspulver

### ZUBEREITUNG:

- Loprofin Rice** nach Packungsanleitung garen, abgießen und warmhalten.
- Jackfrucht aus der Dose auf ein Sieb geben und kurz mit Wasser überspülen, anschließend abtropfen lassen. Die Jackfrucht in mundgerechte Stücke scheiden. Pfirsichhälfte aus der Konserve nehmen und abtropfen lassen, anschließend in Würfel schneiden. Zucchini und Frühlingszwiebeln waschen und in Stücke schneiden. Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.
- Für das Gemüsecurry das Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Zucchini und Frühlingszwiebeln kurz anbraten, dann die Jackfrucht zugeben und mitbraten. Currypulver einstreuen und mit anbraten, dann die Pfirsichstücke zugeben.
- Nach ca. 5 Minuten mit der Kokosmilch ablöschen und bei mittlerer Temperatur weitere 5 Minuten garen. Zuletzt mit Salz, Pfeffer und Zitronengraspulver abschmecken. Das Curry zusammen mit dem Reis



## GEMÜSECURRY INDISCH MIT JACKFRUCHT

### NÄHRWERTE PRO PORTION:

158 mg Phenylalanin  
264 mg Leucin  
107 mg Tyrosin  
56 mg Methionin  
229 mg Lysin  
3,3 g Eiweiß  
78,3 g Kohlenhydrate  
21,6 g Fett  
513 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).



## PANNA COTTA

Ergibt 6 Portionen

**Zauberhaftes italienisches Sahnedessert mit fruchtiger Soße.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 200 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 200 ml Schlagfix Sahne
- 80 g Sahne 30% Fett
- 10 g Vanillezucker
- 30 g Zucker
- 10 g Agar-Agar, Trockenprodukt

### **Für die Fruchtsoße:**

- 100 g Himbeeren, Erdbeeren oder Waldbeeren
- Zucker nach Geschmack

### ZUBEREITUNG:

1. **Loprofin drink LQ** mit Zucker, Vanillezucker (1 Päckchen) und Agar-Agar zum Kochen bringen und ca. 1 Minute leicht köcheln lassen. Schlagfix und Sahne hinzufügen und nochmals aufkochen.
2. Verfeinert werden kann der Geschmack mit Orangen- und Zitronenschale und mit Grand Marnier (Orangenlikör). Die Panna Cotta in Portionsgläsern oder Förmchen zum Stürzen gießen und 2-3 Stunden kalt stellen.
3. Für die Fruchtsoße die Beeren mit dem Pürierstab pürieren und bei Bedarf mit Zucker abschmecken.
4. Vor dem Servieren die Panna Cotta auf die Dessertteller stürzen und mit Fruchtsauce garnieren.



**NÄHRWERTE PRO PORTION:**

26 mg Phenylalanin  
49 mg Leucin  
21 mg Tyrosin  
14 mg Methionin  
36 mg Lysin  
0,7 g Eiweiß  
11,7 g Kohlenhydrate  
10,3 g Fett  
143 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).



## ORANGENCREME

Ergibt 4 Portionen

Fruchtiger Pudding mit Sahne verfeinert.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 30 g Vanillepuddingpulver
- 150 g Wasser
- 50 ml Orangensaft
- 25 g Zucker
- 100 ml Schlagfix Sahne
- 60 g Orange, kleine Würfel

### ZUBEREITUNG:

1. Vanillepuddingpulver mit Wasser, Orangensaft und Zucker verrühren und unter rühren kurz aufkochen. In eine Schüssel geben und kalt stellen.
2. Schlagfix Sahne zugeben und mit einem Handrührgerät die Creme aufschlagen. Die Orangenwürfel mit einem Löffel unterheben.
3. Die Creme auf vier Dessertschälchen verteilen und vor dem Servieren kalt stellen.

*Die Orangenstücke können im Sommer auch gegen Mangostücke oder Mandarinspalten aus der Konserve ausgetauscht werden.*

} tipp



**NÄHRWERTE PRO PORTION:**

15 mg Phenylalanin  
26 mg Leucin  
12 mg Tyrosin  
9 mg Methionin  
21 mg Lysin  
0,4 g Eiweiß  
18,8 g Kohlenhydrate  
4,1 g Fett  
116 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).



## BIRNE HELENE

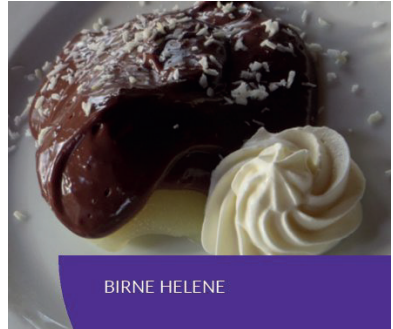
Ergibt 4 Portionen

**Ein festliches Dessert - Die Birne wird mit Schokoflan übergossen und feierlich dekoriert.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 240 g Birnenhälften, Kons. (4 St.)
- 600 ml Wasser
- 60 g [Milupa Ip-drink](#)
- 50 g Zucker
- 1 Packung Schokopuddingpulver

### Zum Dekorieren:

- 8 g Kokosaspeln
- 40 g Schlagfix, gesüßt

### ZUBEREITUNG:

1. Die 4 Birnenhälften abtropfen lassen und auf 4 Dessertschalen verteilen.
2. Das Wasser in einen Topf geben und mit dem Milupa Ip-drink glatt verrühren. Das Puddingpulver und den Zucker in eine kleine Schüsseln geben und mit etwas Flüssigkeit glatt anrühren. Nun die Flüssigkeit im Topf zum Kochen bringen, dann das angerührte Puddingpulver zugeben und den Pudding unter ständigem Rühren noch einmal aufkochen lassen.
3. Den Pudding im Topf abkühlen lassen und immer mal wieder durchrühren, damit sich keine Haut bildet. Dann den Pudding über die Birnenhälften gießen und mit Kokosflocken bestreuen. Dessert kühl stellen.
4. Vor dem Servieren noch kurz das Leha Schlagfix zu einer festen Creme aufschlagen und die Birne Helene damit dekorieren.





*Tipp: Den Schokopudding kann man auch einfach mit 600 ml Loprofin drink LQ zubereiten.*

} **tipp**

**NÄHRWERTE PRO PORTION:**

31 mg Phenylalanin  
81 mg Leucin  
31 mg Tyrosin  
16 mg Methionin  
57 mg Lysin  
1,1 g Eiweiß  
40,4 g Kohlenhydrate  
7,0 g Fett  
234 kcal



## CHRISTSTOLLEN

Ergibt 1150 Gramm

Feiner Stollen mit getrockneten Früchten zur gemütlichen Adventszeit.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 500 g [Loprofin Damin](#)
- 20 g Hefe, frisch
- 260 ml Wasser, lauwarm
- 1 EL Zuckerrübenkraut
- 50 g Zucker
- 100 g Margarine, weich
- 100 g Rosinen
- 5 g Zitronenschale
- 100 g Zitronat
- Zimt, Macis, Kardamom, Salz

### Zum Kneten:

- 10 g [Loprofin Damin](#)

### Nach dem Backen:

- 20 g Puderzucker
- 40 g Butter

### ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen. Backofen vorheizen.
2. **Loprofin Damin** in eine Schüssel geben. Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und mit den restlichen Zutaten hinzufügen, alles mit dem Handrührgerät verkneten.
3. Den Teig ca. 1,5 - 2 Stunden zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.
4. Anschließend den Teig mit Damin gut durchkneten, zu einem Stollen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Weitere 30 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen backen.
5. Den Stollen noch warm mit zerlassener Butter bestreichen und mit Puderzucker bestreuen.



---

Backzeit und -temperatur: bei 180°C für 65 Minuten backen

**NÄHRWERTE 100 GRAMM:**

26 mg Phenylalanin  
43 mg Leucin  
21 mg Tyrosin  
10 mg Methionin  
36 mg Lysin  
0,7 g Eiweiß  
57,9 g Kohlenhydrate  
10 g Fett  
326 kcal



## SCHMANDPLÄTZCHEN

Ergibt 550 Gramm

**Knusprig mürbe Plätzchen mit einer schönen Bräunung. Je nach Motiv für jeden Anlass der richtige Keks.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



SCHMANDPLÄTZCHEN

### ZUTATEN:

- 300 g [Loprofin Damin](#)
- 1 Prise Salz
- 50 g Zucker
- 50 g Crème fraîche, 40% Fett
- 175 g Margarine

### Zum Kneten:

- 10 g [Loprofin Damin](#), zum Ausrollen

### Zum Bestreichen und Bestreuen:

- 20 g Crème fraîche, 40% Fett
- 60 g Hagelzucker

### ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen. Backofen vorheizen.
2. **Loprofin Damin** auf die Arbeitsfläche geben, Zucker und Salz darüber verteilen. In die Mitte eine Vertiefung drücken, Margarine und Crème fraîche hineingeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen 30 Minuten kalt stellen.
3. Anschließend den Teig auf **Loprofin Damin** oder zwischen Klarsichtfolie auswellen und runde Plätzchen ausstechen. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Crème fraîche bestreichen, mit Hagelzucker bestreuen und im vorgeheizten Backofen backen.

Backzeit und -temperatur: 10 Minuten bei 175°C backen



**NÄHRWERTE PRO 100 GRAMM:**

20 mg Phenylalanin  
40 mg Leucin  
22 mg Tyrosin  
11 mg Methionin  
27 mg Lysin  
0,5 g Eiweiß  
69,4 g Kohlenhydrate  
30,7 g Fett  
551 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).



## ERDMANDEL-MARONEN-KEKSE

Ergibt 40 Stück

Besondere Kekse mit Kastanienmehl und Erdmandelmehl für das ganze Jahr.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ERDMANDEL-MARONEN-KEKSE

### ZUTATEN:

- 150 g [Loprofin Damin](#)
- 30 g Puderzucker
- 10 g Vanillezucker
- 20 g Erdmandelflocken
- 3 g Kakao
- 20 g Kastanienmehl
- 1 TL Lebkuchengewürz, Zimt, 1 Pr. Salz
- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 4 EL Wasser
- 100 g Margarine

### Für die Glasur:

Puderzucker mit Zitronensaft

### Für die Dekoration:

Rote Belegkirschen

### ZUBEREITUNG:

1. **Loprofin Damin** mit Puderzucker, Vanillezucker, Erdmandelflocken, Kakao und Gewürzen mischen und auf die Arbeitsfläche geben. In die Mitte der trockenen Zutaten eine Vertiefung drücken.
2. **Loprofin Egg Replacer** mit kaltem Wasser glatt verrühren und in die Vertiefung geben, die weiche Margarine in Stücken auf den Mehtrand setzen. Nun mit den Händen alle Zutaten zu einem glatten Mürbteig verkneten und für 30 Minuten in Klarsichtfolie im Kühlschrank ruhen lassen.
3. Backofen vorheizen.
4. Den Teig in Portionen zwischen 2 Bögen Backpapier ausrollen und Motive ausstechen. Die Plätzchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und backen.



Ergibt ca. 40 Stück

Backzeit und -temperatur: 15 Min. bei 170°C Umluft

**NÄHRWERTE PRO STÜCK:**

2 mg Phenylalanin  
4 mg Leucin  
2 mg Tyrosin  
1 mg Methionin  
3 mg Lysin  
0,1 g Eiweiß  
4,9 g Kohlenhydrate  
2,2 g Fett  
40 kcal



## ENGLISCHE ORANGENTÖRTCHEN

Ergibt 4 Portionen

Zur Teatime das Richtige auf dem Porzellan.  
Orangen-Törtchen vom Feinsten.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ENGLISCHE  
ORANGENTÖRTCHEN

### ZUTATEN:

#### **Für die Tortelettes:**

- 200 g [Loprofin Schokoladen-Backmischung](#)
- 3 g Backpulver
- 50 g Öl
- 90 g Mineralwasser mit Kohlensäure

#### **Zum Füllen:**

- 60 g Orangenmarmelade nach Geschmack mit etwas Grand Manier Likör verfeinern
- 200 g Orangen, geschält in Scheiben
- etwas Tortenguß, weiß nach Packungsanleitung zubereitet

### ZUBEREITUNG:

1. Das Öl zusammen mit dem Sprudelwasser in einen Messbecher abwägen. Die Orangen oben und unten anschneiden und rundherum mit einem Messer die Schale in Streifen abschneiden. Das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden.
2. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Backmischung in eine Schüssel (möglichst mit Ausguss) wiegen, das Backpulver zugeben und mit einem Löffel unterrühren. Die Öl-Sprudelwassermischung auf einmal zu der Backmischung geben und alle Zutaten mit den Rührbesen des elektrischen Rührgeräts zügig zu einem glatten Teig verrühren.
3. Nun 4 Tortelettes Förmchen oder Ähnliches mit einem Durchmesser von ca. 12 cm ausfetten und den Teig gleichmäßig darin verteilen. Förmchen in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Tortelettes zum Auskühlen nach dem Backen auf ein Kuchengitter setzen.
4. Die abgekühlten Tortelettes nun aus den Förmchen stürzen und mit der Orangenmarmelade bestreichen. Wer möchte kann zuvor die Marmelade mit Grand Manier verfeinern. Auf die Orangenmarmelade werden die Orangenscheiben gelegt. Zuletzt den Tortenguß nach Packungsanleitung zubereiten und die Törtchen damit bestreichen.





Backzeit und -temperatur: bei 180°C Umluft für 25 Minuten backen

**NÄHRWERTE PRO PORTION:**

28 mg Phenylalanin  
41 mg Leucin  
11 mg Tyrosin  
8 mg Methionin  
33 mg Lysin  
1 g Eiweiß  
58,9 g Kohlenhydrate  
13,1 g Fett  
359 kcal



## SCHOKOKNUSPERLE

Ergibt 20 Stück à ca. 10 g

Ein knusprig schokoladiger Genuss Happen - nicht nur zum Kaffee! Auch zum Verschenken gut geeignet.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

- 100 g Kokosfett
- 6 ML [Milupa Ip-drink choco](#) (27,6 g)
- 50 g Puderzucker
- 35 g [Milupa Ip-flakes](#)

### ZUBEREITUNG:

1. Kokosfett in einem Topf schmelzen lassen. Puderzucker mit dem **Milupa Ip-drink choco** Pulver mischen und mit dem Rührgerät in das zerlassene Kokosfett einrühren.
2. 15 g **Milupa Ip-flakes** zerkleinern (z. B. in eine Plastiktüte geben und mit dem Nudelholz darüber walzen). Diese zerkleinerten Milupa Ip-flakes unter die Schokoladenmasse heben.
3. Weitere 20 g Milupa Ip-flakes unzerkleinert unter die Masse rühren.
4. Mischung ca. 15 Min. kühlstellen.
5. Die noch flüssige Masse mit Löffeln in kleine Pralinenförmchen füllen. Die fertigen Schokoknusperle zum Abkühlen und Aushärten erneut in den Kühlschrank stellen.

*Um in der Adventszeit eine geschmackliche Abwechslung in die Knusperle zu zaubern, können folgende Zutaten zugegeben werden:*

1. abgeriebene Orangenschale oder
2. 10 g Kokosflocken (0,7 g Eiweiß/30 mg Phe) oder
3. Lebkuchengewürz/Zimt

*So bereitet man das Rezept einmal zu und kann daraus verschiedene Naschereien zaubern.*

} tipp



**NÄHRWERTE PRO STÜCK:**

3 mg Phenylalanin  
7 mg Leucin  
2 mg Tyrosin  
1 mg Methionin  
5 mg Lysin  
0,1 g Eiweiß  
5,1 g Kohlenhydrate  
5,3 g Fett  
67 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).



## WEIHNACHTSTORTE

Ergibt 16 Stück

**Vielfältig in der Dekoration ist diese Torte. Jeder kann sich hier verwirklichen und hinterher wird dann geschlemmt.**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



### ZUTATEN:

#### **Für den Tortenboden:**

- 750 g [Loprofin Schokoladen-Backmischung](#)
- 180 ml Rapsöl
- 330 ml Mineralwasser mit Kohlensäure
- 20 g [Loprofin Egg Replacer](#)

#### **Für den Belag:**

- 2 EL Orangenmarmelade
- 300 g Mandarinen, Konserve

#### **Für die Creme:**

- 400 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 1 Pck. Schokopuddingpulver
- 40 g Zucker
- 100 g Butter
- 100 g Margarine

#### **Zum Dekorieren:**

- 1 Pck. Rollfondant
- Dekoration, Zuckerschrift, Streusel nach Geschmack

### ZUBEREITUNG:

#### **Für den Tortenboden:**

1. Eine halbe Packung **Loprofin Schoko-Backmischung** nach Packungsanleitung zubereiten und in einer runden Springform (mit Backpapier ausgelegt) backen.



---

**Für die Tortencreme:**

1. Eine Packung **Loprofin Schoko-Backmischung** mit **Loprofin Egg Replacer** mischen und mit der Sprudel-Öl-Mischung zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig in eine runde Springform (mit Backpapier ausgelegt) gießen und nach Packungsanleitung backen. Anschließend auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und in kleine Würfel schneiden. Diese in eine Schüssel geben.
2. Für die Creme einen Pudding kochen. Hierfür einen Teil **Loprofin drink LQ** verwenden um das Puddingpulver in einer kleinen Schüssel glatt anzurühren. Restlichen drink LQ zum Kochen bringen und Puddingpulver einrühren. Pudding einmal aufkochen lassen und abkühlen.
3. In einer Rührschüssel die weiche Butter und Margarine zusammen mit dem Zucker für 10 Minuten schaumig schlagen. Dann den erkalteten Pudding eßlöffelweise vorsichtig unter die aufgeschlagene Masse rühren. Die entstandene Buttercreme wird nun mit den Tortenboden-Würfeln zu einer Masse verrührt. Diese Tortencreme nun für ca. 1/2 Stunde kaltstellen.

**Für den Belag:**

1. Den Tortenboden aus einer halben Packung Schoko-Backmischung nun mit Orangenmarmelade bestreichen und mit den abgetropften Mandarienspalten belegen.
2. Die Tortencreme als Kuppel auf den unteren belegten Boden streichen. Hierfür eignet sich eine Tortenpalette oder eine Teigkarte. Die Torte nun wieder für ca. 1/2 Stunde in den Kühlschrank stellen.

**Finish:**

1. Die Torte aus dem Kühlschrank nehmen und mit einer in heißes Wasser getauchten Tortenpalette oder mit einem breiten Messer ganz glatt streichen.
2. Das Rollfondant mit der Folie nach oben auf die Torte legen und in der Mitte leicht andrücken. Die Folie abziehen, das Rollfondant rings herum andrücken und durch leichtes Ziehen die entstehenden Falten entfernen. Überstehendes Fondant mit einem scharfen Messer entlang der Tortenkante abschneiden.
3. Nun kann die Torte mit Dekoartikeln verziert werden oder mit Zuckerschrift beschriftet werden. Außerdem können aus anderstfarbigen Fondants Ornamente ausgestochen/geschnitten werden und als Deko aufgebracht werden. Hier ist der Fantasie keine Grenze gesetzt.

**Die Torte kann auch mit hellen Böden und Vanillepudding zubereitet werden. Statt Mandarinen eignen sich auch andere Obstsorten.**





**NÄHRWERTE PRO STÜCK:**

25 mg Phenylalanin  
34 mg Leucin  
11 mg Tyrosin  
8 mg Methionin  
28 mg Lysin  
0,71 g Eiweiß  
77,9 g Kohlenhydrate  
22,5 g Fett  
517 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, Leben zu verändern und die Zukunft zu gestalten.

Damit Patienten mit seltenen erblichen Stoffwechselstörungen ihren Alltag so normal wie möglich leben können.



SD Art.-Nr. 9904278 1932 DACH

Wir sind gerne für Sie da!

**Danone Deutschland GmbH** · Metabolics Expert Centre D-A-CH  
Am Hauptbahnhof 18 · 60329 Frankfurt am Main, Deutschland  
Tel.: 00800-747 737 99 · [info@nutricia-metabolics.de](mailto:info@nutricia-metabolics.de)  
[www.nutricia-metabolics.info](http://www.nutricia-metabolics.info)

**NUTRICIA** | METABOLICS