

**LOPROFIN
WEIHNACHTSMENÜS
ZUM VERWÖHNEN**

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

REZEPTIDEEN



Weitere Inspirationen und Rezeptideen findest Du hier:
www.nutricia-metabolics.de/rezeptideen/eiweissarme-rezepte/



Für weitere Informationen zu unseren eiweißarmen Produkten kannst Du gerne in unseren **Loprofin-Shop: www.loprofin.de** schauen.

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

EINFACH BESTELLEN



www.loprofin.de



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 Du schickst uns eine **E-Mail: info@nutricia-metabolics.de**



*gebührenfrei aus Deutschland, Österreich und der 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.

Loprofin Weihnachts-Menüs zum Verwöhnen 2023

Kochen und Backen mit Loprofin und Milupa Ip



Festliche Vorspeisen:

Baba Ghanoush (Hummus Art)
Blumenkohl-Broccoli-Kuchen*
Möhrensuppe

Feine Hauptgänge:

Rucola-Gemüsepfannkuchen
Spinatlasagne
Steinpilzrisotto

Raffinierte Desserts:

Zitronencreme
Schoko-Marzipan Panna Cotta
Gebackene Apfelringe mit Vanillesoße*

Zartes Gebäck:

Vanillekipferl
Schokotaler
Honiglebkuchen-Häuschen*
Christstollen



* Step by Step Videos
zu diesen Rezepten:





BABA GHANOUSH (HUMMUS ART)

Ergibt 4 Portionen

**Eiweißarmer Hummus auf Auberginenbasis,
sehr fein!**

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 500 g Auberginen
- 3 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl oder Sesamöl
- 2 St. Knoblauchzehen
- 20 g Oliven, schwarz ohne Stein
- Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Koriander, Blattpetersilie

ZUBEREITUNG:

1. Den Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Die Auberginen waschen und von allen Seiten mehrmals mit einem spitzen Messer einstechen. Die Auberginen auf ein Backblech legen und im Backofen für ca. 30 Minuten backen bis sie weich sind und die Auberginenhaut schwarz aussieht.
3. Auberginen auf einem Küchenbrett abkühlen lassen, dann halbieren und mit einem Esslöffel das Fruchtfleisch aus der Schale herauslösen.
4. Das Fruchtfleisch zusammen mit Zitronensaft, Öl und den Gewürzen in einem Pürierbecher mit dem Pürierstab zu einer glatten Masse pürieren. Zuletzt die Knoblauchzehen schälen und in die Creme pressen und unterrühren.
5. Vor dem Servieren wird die Creme mit gehackter Petersilie und Oliven garniert.



BABA GHANOUSH (HUMMUS ART)

NÄHRWERTE PRO PORTION:

77 mg Phenylalanin
109 mg Leucin
61 mg Tyrosin
13 mg Methionin
54 mg Lysin
1,8 g Eiweiß
4,1 g Kohlenhydrate
5,8 g Fett
82 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.



BLUMENKOHL- BROCCOLI-KUCHEN

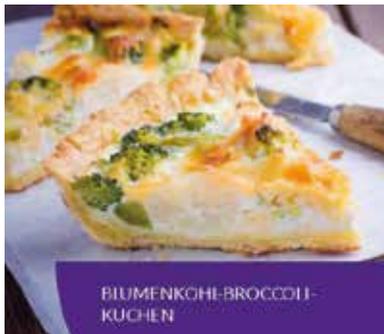
Ergibt 12 Stück

Ein herzhafter Gemüse Kuchen für die kalte Jahreszeit. Lässt sich toll vorbereiten.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

Für den Teig:

- 200 g [Loprofin Damin](#)
- 1 TL Salz
- 10 g Hefe, frisch
- 100 ml Wasser, lauwarm
- 1 TL Zuckerrübensirup
- 1 EL Olivenöl

Für den Belag:

- 200 g Blumenkohlröschen
- 150 g Broccoliröschen

Für den Guss:

- 80 ml Wasser
- 20 g [Loprofin Damin](#)
- 100 g Crème fraîche, 30 %
- Salz, Pfeffer, Paprika

ZUBEREITUNG:

1. Den Blumenkohl und den Broccoli waschen, vom Strunk her in kleine Röschen teilen und abwiegen. Die restlichen Zutaten ebenfalls abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. **Loprofin Damin** in eine Schüssel geben und Salz an den Rand der Schüssel verteilen. Die Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen, Zuckerrübensirup dazugeben und ebenfalls verrühren, bis es gelöst ist und auf einmal in die Schüssel geben. Alle Zutaten mit einem Rührgerät (Knethaken) mischen und zuletzt das Öl unterkneten.
3. Den Teig aus der Schüssel nehmen, mit den Händen auf der Arbeitsfläche gut durchkneten und einige



BLUMENKOHL-BROCCOLI-KUCHEN

Male auf die Arbeitsfläche fallen lassen, bis er glatt wird und nicht mehr klebt. Ca. eine Stunde zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

4. Blumenkohl und Broccoli getrennt drei Minuten in Salzwasser bissfest garen und auf einem Sieb abkühlen lassen. Backofen vorheizen.
5. Den Teig nochmals gut durchkneten und eine gefettete, feuerfeste Form (Durchmesser 30 cm) damit auslegen. Die Röschen darauf verteilen.
6. Für den Guss Wasser, **Loprofin Damin** und Creme fraiche mit einem Rührgerät schaumig aufschlagen, abschmecken und über den Gemüsekuchen gießen.
7. Im vorgeheizten Backofen backen und anschließend warm oder kalt servieren.

Backzeit und -temperatur: 25-30 Minuten bei 200°C Ober- und Unterhitze auf mittlerer Schiene backen

NÄHRWERTE PRO STÜCK:

46 mg Phenylalanin
82 mg Leucin
36 mg Tyrosin
22 mg Methionin
70 mg Lysin
1,3 g Eiweiß
17,3 g Kohlenhydrate
3,5 g Fett
106 kcal



MÖHRENSUPPE

Ergibt 3 Portionen

Sämig feine Cremesuppe, gerne auch mit Sahnehäubchen.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

280 g Möhren
10 g Zwiebel
20 ml Öl zum Andünsten
4 g Gemüsebouillon (Instant)
350 ml Wasser, kochend
200 ml [Loprofin drink LQ](#)
10 g Zucker
Salz, Pfeffer, Muskat

ZUBEREITUNG:

1. Die Möhren schälen, klein schneiden und abwiegen. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und abwiegen. Die restlichen Zutaten ebenfalls abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. Für die Zubereitung einen etwas höheren Topf verwenden, dann kann das Gemüse nach dem Garen direkt darin püriert werden. Die Zwiebelwürfel mit den Möhren in heißem Öl andünsten, nach wenigen Minuten mit Wasser ablöschen und mit der Gemüsebrühe abschmecken. Das Gemüse ca. 15 Minuten mit geschlossenem Deckel und reduzierter Temperatur weichdünsten.
3. Das Gemüse im Topf oder portionsweise in einem hohen Becher mit einem Pürierstab pürieren. Die Cremesuppe wieder zurück in den Topf füllen, mit **Loprofin drink LQ**, Zucker und Gewürzen verfeinern und nochmals kurz aufkochen.



Mit Loprofin Kartoffelpüree-Flocken kann die Suppe noch sämiger und sättigender werden. Mit etwas Sahne oder Leha Schlagfix wird die Möhrensuppe noch feiner und sahniger.

} **tipp**

NÄHRWERTE PRO PORTION:

45 mg Phenylalanin
66 mg Leucin
26 mg Tyrosin
15 mg Methionin
72 mg Lysin
1,3 g Eiweiß
13,3 g Kohlenhydrate
8,2 g Fett
133 kcal



RUCOLA- GEMÜSEPFANNKUCHEN MIT TOMATEN-KÄSE FÜLLUNG

Ergibt 3 Portionen

Ein sehr feines Gericht mit würziger Füllung.



Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

Für die Gemüsepannkuchen:

- 80 g [Loprofin Damin](#)
- 1 Prise Salz
- 10 g [Loprofin Kartoffelpüree Mischung](#)
- 1 TL Backpulver
- 200 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 15 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 90 ml Wasser
- 60 g Rucola
- 20 g Butterschmalz zum Ausbacken

Für die Füllung:

- 80 g Tomaten, fein gewürfelt
- 40 g Frühlingszwiebeln, feine Ringe
- 10 g Öl zum Andünsten
- 25 g veganer Reibegenuss (Simply)
- 80 g Creme fraiche, 40% Fett
- Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG:

1. Den Rucola waschen, wiegen und fein hacken. Die Tomaten waschen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, dann in feine Ringe schneiden. Die restlichen Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. Für den Pfannkuchenteig **Loprofin Damin** mit einer Prise Salz, **Loprofin Kartoffelpüree Mischung**,



RUCOLA-GEMÜSEPFANNKUCHEN MIT TOMATEN-KÄSE FÜLLUNG

- Loprofin drink LQ** und Backpulver verrühren und alles 10 Minuten quellen lassen. Danach **Loprofin Egg Replacer** in Wasser mit einem kleinen Schneebesen glatt anrühren und zum Teig geben. Den fein gehackten Rucola unter die Masse heben. In einer Pfanne Öl erhitzen und nach und nach sechs Pfannkuchen backen.
3. Für die Füllung das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Tomatenwürfel mit den Frühlingszwiebelringen darin andünsten. In einer Schüssel veganen Reibebogenuss, Creme fraiche und Pfeffer vermischen und das Gemüse unterrühren.
 4. Auf jeden Teller einen Pfannkuchen legen, diesen mit Tomaten-Käse-Füllung bestreichen und einen zweiten Pfannkuchen darauf setzen.

Nur die Hälfte des Rucolasalates fein hacken und in den Teig geben. Die andere Hälfte des Salates auf den ersten Pfannkuchen unter die Tomaten-Käse-Paste legen.

} tipp

NÄHRWERTE PRO PORTION:

89 mg Phenylalanin
171 mg Leucin
65 mg Tyrosin
36 mg Methionin
105 mg Lysin
2,3 g Eiweiß
37,5 g Kohlenhydrate
24,1 g Fett
378 kcal



SPINATLASAGNE

Ergibt 2 Portionen

Ein köstlicher Leckerbissen, der die Mühe wert ist.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 125 g [Loprofin Lasagne](#), roh
- 100 g Blattspinat, frisch oder aufgetaut TK
- 15 g Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Gemüsebrühe, gekörnt
- Salz, Muskat

Für die Bechameloße:

- 35 g Margarine
- 35 g [Loprofin Damin](#)
- 150 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 20 g Veganer Reibegenuss (Simply)
- Salz, Pfeffer, Muskat

Zum Überbacken:

- 1 EL Semmelbrösel, eiweißarm
- 15 g Margarine
- 20 g Veganer Reibegenuss (Simply)

ZUBEREITUNG:

- Loprofin Lasagneblätter** in einem Topf mit großem Durchmesser für 8 Min. vorgaren. Anschließend mit einer Schaumkelle herausnehmen und nebeneinander auf einem Backblech oder Backpapier auslegen.
- Eine kleine Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den aufgetauten Spinat etwas auspressen und klein schneiden.
- In einer Pfanne das Öl erhitzen und Zwiebelwürfelchen darin glasig andünsten, anschließend den Spinat dazugeben, erwärmen und mit Salz, Muskat und Gemüsebrühe abschmecken.
- Für die Bechameloße die Margarine in einem Topf schmelzen lassen und die **Loprofin Damin** dazu



geben und zu einem Kloß verrühren. Den **Loprofin drink LQ** nun nach und nach zur Mehlschwitze geben und immer glatt verrühren, dann den Topf von der Herdplatte nehmen und die Bechamelsoße mit veganem Reibegenuss, Salz, Pfeffer und Muskat verfeinern.

5. Backofen vorheizen.
6. Eine Auflaufform einfetten und die Lasagne einschichten. Man beginnt mit den Lasagneblättern, dann folgt Spinatmasse und Bechamelsoße. So lange schichten, bis die Zutaten aufgebraucht sind. Idealerweise beendet man mit einer Schicht Bechamelsoße. Zuletzt kann noch etwas veganer Reibegenuss auf der Lasagne verteilt werden. Auch ein paar Semmelbrösel mit Butterflöckchen bilden einen schönen Abschluss und machen die Lasagne knusprig.

Backzeit und -temperatur: 25-30 Minuten bei 180 °C Ober- und Unterhitze

NÄHRWERTE PRO PORTION:

124 mg Phenylalanin
212 mg Leucin
91 mg Tyrosin
54 mg Methionin
185 mg Lysin
3,0 g Eiweiß
81,3 g Kohlenhydrate
33,3 g Fett
635 kcal



STEINPILZRISOTTO

Ergibt 1 Portion

Die Königin aller Risottos mit Steinpilzen und Trüffelöl - ein Festtagsschmaus!

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 50 g [Loprofin Rice](#) (roh)
- 5 g Hühnerbrühe/-bouillon gekörnt
- 150 ml Wasser (oder 100 ml Wasser + 50 ml Weißwein)
- 10 g Olivenöl
- 10 g Zwiebeln
- 30 g Steinpilz
- 10 g Butter
- 50 g veganer Reibegenuss (Simply)
- Salz, Pfeffer, italienische Kräuter

ZUBEREITUNG:

- Hühnerbrühe im Wasser auflösen.
- Zwiebeln fein hacken und im Öl glasig dünsten. **Loprofin Rice** zugeben, kurz mit anbraten und mit 25 ml Bouillon aufgießen. Bei niedriger Temperatur 5 Minuten zugedeckt garen.
- Steinpilze in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit der italienischen Kräutermischung zu dem Reis geben. Mit Salz und Knoblauchpfeffer würzen. Restliche Bouillon und evtl. Weißwein nach und nach aufgießen und weitere 15 Minuten köcheln, dabei hin und wieder mit einem Kochlöffel umrühren. Zum Schluss veganen Reibegenuss und Butter unterrühren, mit Salz und Knoblauchpfeffer abschmecken.

Super lecker ist es, wenn ein paar dünne Pilzscheiben in Trüffelöl angebraten und als Deko verwendet werden.

} tipp



NÄHRWERTE PRO PORTION:

114 mg Phenylalanin
165 mg Leucin
101 mg Tyrosin
54 mg Methionin
183 mg Lysin
3,3 g Eiweiß
57,3 g Kohlenhydrate
30,3 g Fett
511 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.



ZITRONENCREME

Ergibt 2 Portionen

Ein feiner Milchpudding mit frischem Zitronensaft für ein Plus an Vitamin C.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 200 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 60 g Zucker
- 15 g Maisstärke
- 50 ml Zitronensaft
- Zitronenschale
- 40 ml Sahne 30% Fett

ZUBEREITUNG:

1. Die Schale einer unbehandelten Zitrone abreiben und die Zitrone auspressen.
2. Die Maisstärke und den Zucker mit ein wenig **Loprofin drink LQ** anrühren. Den restlichen **Loprofin drink LQ** zum Kochen bringen. Die Maisstärke einrühren und aufkochen lassen. Den Zitronensaft und die Zitronenschale von einer unbehandelten Zitrone zugeben. Anschließend die Masse kaltstellen.
3. Die Sahne schlagen und unter die erkaltete Creme rühren, anschließend portionieren und bis zum Servieren kalt stellen.



NÄHRWERTE PRO PORTION:

41 mg Phenylalanin
74 mg Leucin
33 mg Tyrosin
21 mg Methionin
63 mg Lysin
1,1 g Eiweiß
43 g Kohlenhydrate
8,5 g Fett
258 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.



SCHOKO-MARZIPAN PANNA COTTA

Ergibt 4 Portionen

Winterliches Sahnedessert mit Alkohol.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



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 Portionsgläsern 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.



GEBACKENE APFELRINGE

Ergibt 3 Portionen

Zarte Apfelringe in feiner Teighülle
ausgebacken - ein süßer Herbstgenuss.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 500 g Apfel, frisch
- 15 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 140 ml Wasser
- 50 ml [Loprofin drink LQ](#)
- 10 ml Sonnenblumenöl
- 120 g [Loprofin Damin](#)
- 50 g Zucker
- 1 g Salz

Zum Ausbacken:

- 300 ml Sonnenblumenöl

ZUBEREITUNG:

- Die Äpfel waschen, schälen, mit Apfelnkern entkernen, in Ringe schneiden (zuvor nicht halbieren) und abwiegen. Alle weiteren Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen. Küchenkrepp bereitstellen.
- Für den Teig **Loprofin Egg Replacer** in Wasser mit einem kleinen Schneebesen glattrühren, bis es sich vollständig aufgelöst hat. Anschließend mit **Loprofin drink LQ**, Sonnenblumenöl, **Loprofin Damin**, Salz und Zucker in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. In einer beschichteten Pfanne Öl erhitzen.
- Die Apfelringe einzeln in den Teig legen, darin wenden und dann sofort in einer hohen Pfanne mit viel heißem Fett geben. Die Apfelringe darin von beiden Seiten goldgelb ausbacken.
- Die fertigen Apfelringe aus dem Fett nehmen und auf einem Küchenkrepp abtropfen lassen. Nach Bedarf mit etwas Puderzucker bestreuen.



NÄHRWERTE PRO PORTION:

20 mg Phenylalanin
35 mg Leucin
12 mg Tyrosin
7 mg Methionin
33 mg Lysin
0,8 g Eiweiß
79,9 g Kohlenhydrate
20,5 g Fett
511 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.



AUSSTECHER

Ergibt 300 Gramm

Zu jedem Anlass die passenden Plätzchen als Herzen, Sterne, Stiefel oder Tannenbäume.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 150 g [Loprofin Damin](#)
- 75 g Butter
- 60 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 5 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 20 ml Wasser

Für den Zuckerguss:

- 3 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 130 g Puderzucker

Für die Dekoration:

- 1 EL Zuckerstreusel, -perlen oder Zuckerschrift

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. **Loprofin Damin** auf die Arbeitsfläche geben, Zucker, Vanillezucker und Butter darüber verteilen und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Den **Loprofin Egg Replacer** mit Wasser verrühren und in die Vertiefung hineingeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Teig 1 Stunde kalt stellen.
3. Backofen vorheizen. Den Teig zwischen zwei Bögen Backpapier ausrollen und Plätzchen ausstechen. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und im vorgeheizten Backofen backen. Plätzchen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
4. Für den Zuckerguss den Puderzucker zusammen mit dem Zitronensaft zu einem Guss verarbeiten, die Ausstecher damit bestreichen und mit den Zuckerstreuseln verzieren.

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



NÄHRWERTE 100 GRAMM:

13 mg Phenylalanin
23 mg Leucin
12 mg Tyrosin
6 mg Methionin
20 mg Lysin
0,4 g Eiweiß
117,4 g Kohlenhydrate
21 g Fett
665 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.



VANILLEKIPFERL

Ergibt 400 Gramm

Kleine Hörnchen mit dickem Puderzuckermantel und dem Mark einer echten Vanilleschote.

Zubereitungszeit:  30

Schwierigkeitsgrad: 



ZUTATEN:

- 250 g [Loprofin Damin](#)
- 60 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker oder echte Vanille
- 1 gestrichener TL Backpulver
- 100 g Margarine
- 5 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 30 ml Wasser

Zum Wenden:

- 1 Pck. Vanillezucker
- 25 g Puderzucker

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen. **Loprofin Egg Replacer** mit kaltem Wasser glatt anrühren.
2. **Loprofin Damin** auf die Arbeitsfläche geben, Zucker, Vanillezucker, Backpulver und die weiche Margarine darüber verteilen. In die Mitte der Zutaten eine Vertiefung drücken, den angerührten Loprofin Egg Replacer hineingeben und alle Zutaten rasch verkneten. Den Teig als Walze geformt und in Folie verpackt ca. 30 Minuten kalt stellen.
3. Den Backofen vorheizen. Vom Teig Scheiben schneiden (ca. 1 cm dick) und diese zu kleine Kipferln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen backen.
4. Die noch warmen Kipferln sehr vorsichtig in einer Puder-/Vanillezucker-Mischung wenden.

Backzeit und -temperatur: 8-10 Minuten bei 170°C



NÄHRWERTE 100 GRAMM:

9 mg Phenylalanin
17 mg Leucin
7 mg Tyrosin
4 mg Methionin
12 mg Lysin
0,3 g Eiweiß
81,4 g Kohlenhydrate
20,2 g Fett
510 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.



SCHOKOTALER

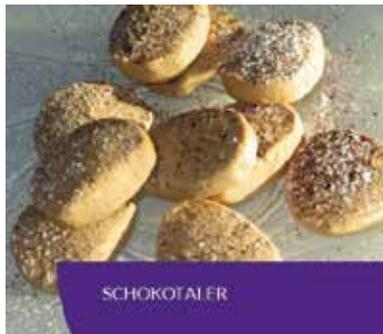
Ergibt 430 Gramm

Damit lässt sich nicht nur der Nikolaus bestechen. Ganz einfach Taler von der Teigrolle schneiden, ab auf's Blech und losnaschen.

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

- 10 g [Loprofin Egg Replacer](#)
- 30 ml Wasser
- 250 g [Loprofin Damin](#)
- 60 g Zucker
- 4 g Kakao, stark entölt
- 4 g Backpulver
- 100 g Butter, weich
- 60 ml Wasser

Zum Bestäuben:

- 20 g Puderzucker

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten abwiegen bzw. abmessen und bereitstellen.
2. **Loprofin Egg Replacer** mit Wasser verrühren. **Loprofin Damin** auf die Arbeitsfläche geben, Zucker, Kakaopulver und Backpulver darüber verteilen. In die Mitte eine Vertiefung drücken, angerührten **Loprofin Egg Replacer**, Butter und Wasser hineingeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig noch nicht geschmeidig sein, kann man noch zwei weitere EL Wasser zugeben. Teig zu einer Rolle formen und 30 Minuten kalt stellen.
3. Von der Teigrolle 2-3 mm dicke Scheiben abschneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen backen. Die Taler abkühlen lassen und dann mit Puderzucker bestäuben.

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



NÄHRWERTE PRO 100 GRAMM:

25 mg Phenylalanin
43 mg Leucin
20 mg Tyrosin
11 mg Methionin
29 mg Lysin
0,7 g Eiweiß
71,1 g Kohlenhydrate
19,6 g Fett
465 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.



HONIGLEBKUCHEN- HÄUSCHEN

Ergibt 12 Portionen

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

Zubereitungszeit:



Schwierigkeitsgrad:



ZUTATEN:

Für den Lebkuchen:

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

Für den Zuckerguss:

- 75 g Puderzucker
- 4 TL Wasser

Deko nach Wahl:

- z.B. Belegkirschen, gelatinefreie Gummibonbons

ZUBEREITUNG:

- Honig, Zucker und Margarine bei niedriger Temperatur unter Rühren in einem Topf zerlassen, in eine Rührschüssel füllen und abkühlen lassen.
- Backofen auf 175 °C Umluft vorheizen und **Loprofin Egg Replacer** mit Wasser glatt anrühren.
- Nun mit den Knehtaken des elektrischen Rührgeräts unter die fast erkaltete Masse nach und nach Kaffee/Malzkaffee, **Loprofin Damin**, Backpulver, Gewürze und den angerührten Loprofin Egg Replacer



unterrühren.

4. Ein Backblech zur Hälfte mit Backpapier auslegen und die Masse 1 cm dick aufstreichen. Zur Abgrenzung die Teigkante mit einem mehrfach gefalteten Backpapier fixieren.
5. Im vorgeheizten Backofen 20 Minuten bei 175 °C Umluft backen.
6. Die Lebkuchenplatte nach dem Backen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
7. 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 Umluft

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



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

Alle Rezepte wurden von Nutricia Metabolics entwickelt und erprobt. Die Berechnung wurde mit PRODI durchgeführt.
Weitere Rezepte finden Sie auf 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. 9904304 2133 DACH

Wir sind gerne für Dich 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
www.nutricia-metabolics.info

**NUTRICIA**