FRESENIUS KABI
caring for life

RECETARIO

Frebini®

Acompañarles es delicioso

RECETARIO

Frebini®

Cuando el niño está enfermo, es complicado conseguir que ingiera todos los nutrientes que necesita para una correcta recuperación. Además, la enfermedad debilita el organismo y hace perder el apetito y, por tanto, enriquecer la dieta y ampliar su variedad es clave para cubrir los requerimientos del niño en constante desarrollo y crecimiento

Ante estas situaciones, las características organolépticas de la dieta cobran mayor relevancia puesto que recetas concentradas, llenas de color, originalidad y variedad, contribuirán a mejorar la ingesta del niño

Este recetario tiene la intención de ayudar a los pacientes y a sus cuidadores durante la indicación de **Frebini®** Energy DRINK y **Frebini®** Energy Fibre DRINK. El Recetario quiere fomentar la creatividad en conjunción con los productos de la gama Frebini® para ofrecer una amplia variedad de deliciosas recetas. Algunas clásicas, otras más originales pero sencillas y fáciles de preparar

Frebini® es una gama de productos para la nutrición oral del paciente pediátrico pensada para satisfacer no sólo los objetivos nutricionales del profesional sanitario sino también las necesidades organolépticas del niño asegurando el cumplimiento de la dieta a largo plazo

Esperamos que disfrutes de este recetario

¡ Buen provecho !

Fresenius Kabi comprometido con el medio ambiente

Todas las personas que han participado en este recetario lo han hecho con un interés común: el respeto por la naturaleza

Cocineros: Dani Guerrero y Eugen Badurina
Fotografías: David Ramos
Coordinación del proyecto: Trílope

Índice

- Gazpacho **de fresas** — Frebini® Energy — 2-3
- Batido **de fresa y melón** — Frebini® Energy — 4-5
- Helado **Drácula** — Frebini® Energy — 6-7
- Batido **de plátano, pera y virutas de chocolate** — Frebini® Energy — 8-9
- Ensalada **de kiwi, plátano y uvas pasas** — Frebini® Energy — 10-11
- Crêpes **de vainilla, mascarpone y sirope de caramelo** — Frebini® Energy Fibre — 12-13
- Arroz con leche **de coco y vainilla** — Frebini® Energy Fibre — 14-15
- Crema **de maíz con quicos** — Frebini® Energy Fibre — 16-17
- Panna cotta **de chocolate** — Frebini® Energy Fibre — 18-19
- Copas heladas **de chocolate** — Frebini® Energy Fibre — 20-21

Gazpacho
de fresas

Sugerencias

Podemos acompañar el plato con unos picatostes hechos con pan cortado a daditos y frito en la sartén hasta que esté dorado.

Se pueden reservar unas cuantas fresas partidas por la mitad, para saltearlas a fuego muy fuerte con un poco de aceite de oliva y ponerlas como decoración en el momento de servir.

Cálculo Nutricional por ración

- 177 kcal
- 3,5 g de proteínas
- 25,1 g de carbohidratos
- 8 g de grasas

Tiempo de elaboración:

25 minutos

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy DRINK Fresa de 200 ml**
- 300 g de fresas
- 30 g de cebolla
- 50 g de miga de pan de molde
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharada sopera de vinagre
- 1/2 litro de agua
- Sal y pimienta
- Hojas de menta

Elaboración

- Limpiar, escurrir, cortar por la mitad y reservar las fresas. Pelar la cebolla y mantener en agua fría durante 10 minutos. Remojar el pan en vinagre y colocarlo en un recipiente hermético junto a la mitad de las fresas, la cebolla, una cucharada sopera de aceite de oliva y sal al gusto. Dejar en el frigorífico 1 hora.
- Triturar todo junto con una cucharada sopera de aceite de oliva. Añadir el **Frebini® Energy DRINK Fresa** hasta obtener la textura deseada y añadir las hojas de menta cortada a trocitos pequeños. Rectificar de sal.
- Al servir, repartir el resto de fresas en los platos, cubrir con el gazpacho y añadir pimienta al gusto.

Batido de fresa y melón

Sugerencias

Se puede sustituir el melón piel de sapo por melón cantaloup, que su color es anaranjado y casi no tiene semillas.

También podemos sustituir el melón por papaya bien madura.

Cálculo Nutricional por vaso de 200ml

- 166 kcal
- 4 g de proteínas
- 26 g carbohidratos
- 5 g de grasas

Tiempo de elaboración:

15 minutos

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy DRINK Fresa de 200 ml**
- 1/4 de melón piel de sapo
- 100 g de fresas

Elaboración

- Lavar las fresas. Pelar, quitar las pepitas y cortar el melón.
- Triturarlo todo y añadir el **Frebini® Energy DRINK Fresa**.
- Reservar en el frigorífico y beber frío.

Helado Drácula

Sugerencias

Los moldes pueden ser variados, se pueden utilizar poleras para darle forma de polo tradicional.

Una vez desmoldado en un plato, se puede añadir PetaZetas.

Cálculo Nutricional por ración

- 273 kcal
- 4 g de proteínas
- 49 g carbohidratos
- 9 g de grasas

Tiempo de elaboración:

20 minutos + tiempos de congelación

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy DRINK Fresa de 200 ml**
- 1/2 litro de refresco de cola
- 1 tarrina de helado de vainilla
- Sirope de fresa
- Molde de plástico transparente (para ver el contraste de colores)

Elaboración

- El día anterior abrir el refresco de cola y removerlo con una cucharilla para que pierda el gas. Ponerla en el molde y meterlo en el congelador hasta el día siguiente.
- Mezclar el **Frebini® Energy DRINK Fresa** con sirope de fresa al gusto para darle un color rojo vivo. Verter en el molde proporcionalmente y congelar. Cubrir la fresa con cucharadas de helado de vainilla proporcionalmente y congelar.
- Para comerlo a la temperatura ideal, retirar del congelador 15 minutos antes. Introducir la cuchara hasta el fondo de la copa para degustar los tres sabores a la vez.

Batido de plátano, pera y virutas de chocolate

Sugerencias

Se pueden sustituir las peras por manzanas tipo Golden o Fuji.

Para hacer más dulce la preparación recomendamos añadir azúcar o miel al gusto.

Cálculo Nutricional por vaso de 200ml

- 513 kcal
- 9 g de proteínas
- 88 g carbohidratos
- 13,5 g de grasas

Tiempo de elaboración:

20 minutos

Para 4 raciones aprox.

- **2 EasyBottle de Frebini® Energy DRINK Plátano de 200 ml**
- 2 plátanos grandes
- 4 peras
- 2 cucharadas soperas de virutas de chocolate

Elaboración

- Pelar los plátanos y cortar a rodajas. Pelar las peras, quitar el corazón y cortar en cuartos. Triturarlo todo y añadir el **Frebini® Energy DRINK Plátano**, hasta conseguir la textura de batido.
- Servir en copas y decorar con virutas de chocolate.

Índice

Ensalada de kiwi, plátano y uvas pasas

Sugerencias

Podemos sustituir las uvas pasas por pipas peladas de calabaza o girasol.

También podemos decorar el plato con cereales tipo muesli y añadir sirope de chocolate.

Cálculo Nutricional por ración

- 273 kcal
- 4 g de proteínas
- 53 g carbohidratos
- 5 g de grasas

Tiempo de elaboración:

25 minutos

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy DRINK Plátano de 200 ml**
- 6 kiwis (600g)
- 2 plátanos (300g)
- 4 cucharadas de uvas pasas (40g)
- 1 manzana tipo golden (200g)

Elaboración

- Pelar la manzana, quitar el corazón y cortar a cuartos. Triturar con el **Frebini® Energy DRINK Plátano** hasta conseguir una textura densa. Guardar en la nevera.
- Pelar los kiwis y plátanos y cortarlos en rodajas.
- Disponer en un plato los kiwis y los plátanos como si fueran una ensalada. Cubrir con la mezcla de **Frebini® Energy DRINK Plátano** y manzana. Decorar con uvas pasas por encima.

Crêpes de vainilla, mascarpone y sirope de caramelo

Sugerencias

Se puede sustituir el sirope de caramelo por otros sabores que más gusten: arce, dulce de leche, frutos rojos, vainilla, chocolate.

El sirope de arce es un producto americano típico para este plato y se puede encontrar en tiendas especializadas.

Cálculo Nutricional por ración

- 370 kcal
- 5 g de proteínas
- 36 g carbohidratos
- 35 g de grasas

Tiempo de elaboración:

30 minutos + tiempo de congelación

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy Fibre DRINK Vainilla de 200 ml**
- 1 tarrina pequeña de queso mascarpone (100 g)
- Sirope de caramelo (25 cc)
- 4 crêpes ya elaborados

Elaboración

- Mezclar el **Frebini® energy fibre DRINK Vainilla** y el queso mascarpone hasta obtener una textura cremosa y homogénea. Colocar en el congelador.
- Calentar los crêpes tal como indique el fabricante (microondas, horno o plancha). Con una cuchara o un boleador de helados hacer bolas de helado de vainilla y mascarpone. Poner las bolas encima de los crêpes calientes y rociar al gusto con sirope de caramelo.

Arroz con leche de coco y vainilla

Sugerencias

La leche de coco se puede encontrar en grandes superficies, así como en tiendas latinas y asiáticas.

Podemos sustituir la leche de coco por 1/2 litro de leche de soja. En este caso deberemos añadir a la receta azúcar al gusto, aproximadamente 2 cucharadas soperas.

Cálculo Nutricional por ración

- 335 kcal
- 6 g de proteínas
- 35 g carbohidratos
- 5 g de grasas

Tiempo de elaboración:

40 minutos

Para 4 raciones aprox.

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy Fibre DRINK Vainilla de 200 ml**
- 120 g de arroz tipo bomba
- 1 lata de 400 ml de leche de coco
- Piel de limón
- 1 ramita de canela

Elaboración

- Cocer el arroz en agua a fuego vivo durante 10 minutos junto a la piel del limón y la ramita de canela. Eliminar el agua de cocción y recuperar la piel del limón y la ramita de canela.
- Cocer el arroz, junto con la lata de leche de coco bien agitada, la piel del limón y la ramita de canela a fuego lento durante 4 minutos o hasta que el arroz esté "pasado".
- Retirar del fuego y dejar enfriar. Una vez frío, mezclar con el **Frebini® Energy Fibre DRINK Vainilla** y presentar en cuencos decorados con canela en polvo al gusto.

Crema de maíz con quicos

Sugerencias

Esta crema se puede consumir caliente o fría. También se puede servir acompañada de unos langostinos o unas gambas salteadas.

Cálculo Nutricional por ración

- 190 kcal
- 6 g de proteínas
- 32 g carbohidratos
- 5 g de grasas

Tiempo de elaboración:

30 minutos

Para 4 raciones

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy Fibre DRINK Vainilla de 200 ml**
- 1/2 kilo de maíz cocido en grano
- 1/2 litro de agua
- sal y pimienta
- quicos

Elaboración

1. Abrir las latas de maíz y escurrirlas. Triturar el maíz con el agua y pasarlo por el colador fino en una cacerola. Cocer a fuego lento durante 15 minutos. Corregir de sal y pimienta al gusto. Retirar del fuego y añadir el **Frebini® Energy DRINK Vainilla**.
2. Servir en platos soperos y decorar con quicos troceados y un chorrito de aceite de oliva virgen extra.

Panna cotta de chocolate

Sugerencias

Se puede servir como postre después de la comida o con fruta a modo de merienda.

Para sustituir el extracto de vainilla podemos utilizar vainas de vainilla o azúcar de vainilla, todos los ingredientes se pueden encontrar en tiendas especializadas.

Cálculo Nutricional por unidad

- 600 kcal
- 7 g de proteínas
- 64 g carbohidratos
- 35 g de grasas

Tiempo de elaboración:

40 minutos + 5 h de refrigeración

Para 6 raciones aprox.

- **2 EasyBottle de Frebini® Energy fibre DRINK Chocolate de 200 ml**
- 600 ml de nata líquida
- 175 g de azúcar glass
- 200 g de chocolate fondant con leche o negro
- 3 cucharadas soperas de gelatina
- 4 cucharadas soperas de agua
- 1 cucharada pequeña de extracto de vainilla (opcional)

Elaboración

- Poner la nata, el azúcar en polvo y la vainilla en una cacerola y cocer despacio, removiendo de vez en cuando, hasta que la mezcla haya reducido en un tercio.
- Vigilar que la nata no se pegue en el fondo de la cacerola. Añadir el chocolate y remover hasta que se deshaga y no haga grumos. Retirar del fuego.

  A parte, poner la gelatina en un cazo pequeño, añadir agua y dejar en remojo 5 minutos. Calentar el cazo hasta que la gelatina se disuelva. Incorporar el agua y la gelatina a la cacerola del chocolate y la nata caliente y cocer 1 minuto sin dejar de remover.
- Retirar del fuego y añadir los **2 EasyBottle de Frebini® Energy fibre DRINK Chocolate** y mezclarlo todo bien. Verter la mezcla en 6 moldes de 125 ml y dejarlos entre 5 y 6 horas en el frigorífico hasta que adquieran consistencia.

Copas heladas de chocolate

Sugerencias

Para conseguir formas originales, se pueden utilizar recipientes en forma de cono. Podéis comprar los recipientes o hacer conos con papel de horno antiadherente.

Se puede decorar con sirope de chocolate o cualquier tipo de helado.

Cálculo Nutricional por ración

- 453 kcal
- 9,2 g de proteínas
- 44 g carbohidratos
- 27 g de grasas

Tiempo de elaboración:

45 minutos + 2 horas de congelación

Para 4 raciones

- **1 EasyBottle de Frebini® Energy Fibre DRINK Chocolate de 200 ml**
- 125 ml de leche de soja
- 300 ml de nata líquida
- 5 yemas de huevo
- 125 g de azúcar

Elaboración

- Poner la leche de soja y la nata en una cazuela. A fuego lento ir removiendo hasta que la mezcla quede homogénea. Añadir el **Frebini® Energy DRINK Chocolate**, las 5 yemas y el azúcar.
  Batir hasta que la mezcla espese un poco y se quede pegada en el dorso de la cuchara. Dejar enfriar.
- Utilizar 4 copas para presentar la mezcla. Colocarlas en el congelador durante 2 o 3 horas o hasta que adquieran consistencia.

Frebini®

Sabores

Chocolate
Vainilla
Plátano
Fresa

Gama específica de nutrición enteral pediátrica de **Fresenius Kabi.**

Creada para responder a las necesidades nutricionales de los niños de 1 a 12 años desnutridos o en riesgo de desnutrición.

Frebini®
Acompañarles es delicioso

FRESENIUS KABI
caring for life

Fresenius Kabi S.A.U
Torre Mapfre - Villa Olímpica
C/ Marina, 16-18
Teléfono: (+34) 93 225 65 65
www.fresenius-kabi.es
www.nutricionemocional.es