

# IDEE PER RICETTE SOPRAFFINE

con le alimentazioni da bere  
Infatrini e NutriniDrink

♥♥  
delizioso!



NUTRICIA  
**Nutrini**

I prodotti Infatrina e Nutrina sono alimenti destinati a fini medici speciali (dieta bilanciata). Per la gestione della dieta in caso di carenza alimentare dovuta a malattia. Da utilizzare sotto sorveglianza medica.



# IDEE PER RICETTE CON UNA MARCIA IN PIÙ!

Mangiare e bere sono fondamentali per la crescita e lo sviluppo dei più piccoli. Se, tuttavia, non hanno appetito a causa di una malattia o di un disturbo della crescita staturò-ponderale, spesso hanno difficoltà a consumare porzioni normali e ad assorbire energia e nutrienti a sufficienza.

Le alimentazioni mediche da bere sono un aiuto prezioso, poiché forniscono un concentrato di calorie e tutte le vitamine e i minerali essenziali per garantire ai piccoli pazienti un nutrimento ottimale.

Per i lattanti nel primo anno di vita, abbiamo nel nostro assortimento l'alimentazione da bere **Infatrini** e, per i bambini dopo il primo anno di età, le nostre sovrappiù formule infantili **Nutrini**.

**NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro** e **NutriniDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro** sono le uniche alimentazioni da bere al gusto di latte appositamente studiate per i bambini. Costituiscono la base ideale per preparare piatti deliziosi con una marcia in più.

Oppure un pasto rinfrescante al gusto di frutta nei giorni più caldi. Il nostro **NutriniDrink Smoothie** con vera frutta consente di preparare facilmente un goloso gelato.

Alle pagine seguenti troverete ottime idee per ricette con le nostre alimentazioni da bere. **Buon divertimento con la preparazione e buon appetito!**

Il team di Nutricia

## Avete domande sui nostri prodotti?

Siamo a vostra disposizione e saremo lieti di offrirvi consulenza sul nostro assortimento di prodotti o sulla nutrizione enterale medica in generale, semplicemente per telefono o online. Contattateci, vi aspettiamo!

 00800 - 700 500 00

 [www.nutricia.de/ch-de/kontakt](http://www.nutricia.de/ch-de/kontakt)

# OTTIMO SORSO DOPO SORSO.

Le alimentazioni da bere Infatrina e Nutrina forniscono tutto ciò che serve a lattanti e bambini piccoli con un maggiore fabbisogno energetico e nutrizionale.

## Infatrina 125 ml

**Infatrina** è la nostra alimentazione da bere pronta all'uso per lattanti con elevato fabbisogno energetico a sostegno della crescita di recupero nel primo anno di vita.

Valori nutrizionali per	125 ml
<b>Energia</b>	(523 kJ) 125 kcal
<b>Grassi</b>	6,6 g
di cui acidi grassi saturi	3,1 g
<b>Carboidrati</b>	12,8 g
di cui zuccheri	7,4 g
<b>Fibre</b>	0,7 g
<b>Proteine</b>	3,3 g



### Avvertenza importante

L'allattamento al seno è l'ideale per il bambino. Consultate il vostro pediatra o la clinica prima di utilizzare Infatrina.



## NutriniDrink Multi Fibre 200 ml

### Un milkshake diverso!

#### NutriniDrink Multi Fibre

è il nostro prodotto classico in quattro gusti golosi (banana, fragola, cioccolato, vaniglia) e in gusto neutro. Per bambini da un anno in poi.

Valori nutrizionali	200 ml
<b>Energia</b>	(1280 kJ) 306 kcal
<b>Grassi</b>	13,6 g
di cui acidi grassi saturi	1,4 g
<b>Carboidrati</b>	37,6 g
di cui zuccheri (nel gusto neutro)	9,2 g
<b>Fibre</b>	3,0 g
<b>Proteine</b>	6,8 g

## NutriniDrink Compact Multi Fibre 125 ml

### Super mini – super valore

**nutrizionale.** I nostri super mini di **NutriniDrink Compact MF** forniscono molta energia in un volume super piccolo (300 kcal/125 ml) per bambini da un anno in poi, nei deliziosi gusti al cioccolato, caramello, fragola e in gusto neutro.

Valori nutrizionali	125 ml
<b>Energia</b>	(1250 kJ) 300 kcal
<b>Grassi</b>	13,6 g
di cui acidi grassi saturi	1,4 g
<b>Carboidrati</b>	35,6 g
di cui zuccheri	20,3/18,6* g
<b>Fibre</b>	3,0 g
<b>Proteine</b>	7,1 g

\* nel gusto neutro

# Cosa rende così speciali i nostri prodotti nel **gusto neutro**?

Perché scegliere **NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro** e **NutriniDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro**?

- Hanno un **buon sapore di latte** e sono particolarmente adatti ai bambini che non amano gli alimenti troppo dolci.
- Facilitano lo **svezzamento**.
- Sono l'**ideale** per cucinare e arricchire cibi e bevande, in modo da creare rapidamente una versione energetica e ricca di nutrienti del pasto preferito.



## NutriniDrink Smoothie 200 ml

### Più di un semplice smoothie!

Il nostro **NutriniDrink Smoothie** con vera frutta è golosissimo e stracolmo di energia. L'alimentazione da bere per bambini da un anno in poi è disponibile nei buonissimi gusti frutti estivi e frutti di bosco.

Valori nutrizionali per	frutti rossi 200 ml	frutti estivi 200 ml
<b>Energia</b>	(1250 kJ) 300 kcal	(1250 kJ) 300 kcal
<b>Grassi</b>	12,8 g	12,8 g
di cui acidi grassi saturi	1,6 g	1,6 g
<b>Carboidrati</b>	38,0 g	38,0 g
di cui zuccheri	23,2 g	23,0 g
<b>Fibre</b>	2,8 g	2,8 g
<b>Proteine</b>	6,8 g	6,8 g



# Consigli per ricette con l'alimentazione da bere

## Per cuochi in erba grandi e piccini!

- Nella maggior parte delle ricette è possibile **sostituire il latte e la panna** con la stessa quantità di NutriDrink Multi Fibre Gusto neutro o NutriDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro.
- NutriDrink Multi Fibre Gusto neutro o NutriDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro trasformano rapidamente una cremosa **zuppa istantanea** in un **pasto ricco di energia**.
- Aggiungere l'alimentazione da bere alle pietanze calde possibilmente alla fine della preparazione senza cuocere a lungo, per preservare la maggior parte dei **nutrienti**.
- È possibile **riscaldare brevemente le alimentazioni da bere** a 60 - 70 °C, preferibilmente a bagnomaria.
- Per la preparazione osservare sempre anche le **istruzioni** riportate sui singoli prodotti.



Buon divertimento con le nostre  
alimentazioni da bere!

# RICETTE

## Infatrina

- 10 **Porridge di fiocchi di riso.** Un inizio coi fiocchi.
- 12 **Porridge di fiocchi integrali.** La frutta incontra i cereali.

## NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro e Compact Multi Fibre Gusto neutro

- 14 **Zuppa al pomodoro.** Per i piccoli sommozzatori.
- 16 **Una bella frittata?** Frittata saporita con prosciutto e pomodoro.
- 18 **Purè di patate fresche.** Come quello della nonna.
- 20 **Purè di patate veloce.** In un baleno!
- 22 **Ragù italiano.** Spaghetti al ragù.
- 24 **Maccheroni al formaggio.** Say cheese!
- 26 **Spätzli buonissimi.** Per piccolissimi.
- 28 **Funghi cremosi** per bambini golosi.
- 30 **Pollo al curry** per cambiare.
- 32 **Mousse di tonno** per spizzicare.
- 34 **Porridge d'avena** che rinforza.
- 36 **Porridge di semolino** per piccoli gourmet.
- 38 **Nutrini Energy Ball** per il pieno di energia!
- 40 **Piccoli muffin ai lamponi** Mmmh ... Che bontà!
- 42 **Gelato alla stracciatella** per palati fini.
- 44 **Gelato al caramello** che si scioglie in bocca.
- 46 **Una bella cioccolata calda** come coccola.



## NutriniDrink Smoothie

- 48 **Fruttini birichini.** Frutti di bosco sullo stecco.





Pag. 12



Pag. 14



Pag. 16



Pag. 22



Pag. 28



Pag. 30



Pag. 34



Pag. 36



Pag. 40

# PORRIDGE DI FIOCCHI DI RISO DAL 5° MESE

 1 porzione circa



## PREPARAZIONE

- Riscaldare **Infatrina** a bagnomaria.
- Preparare l'alimentazione del lattante come di consueto o, in alternativa, bollire del latte vaccino e lasciarlo raffreddare a temperatura da bere.
- Versare il latte caldo in una ciotola e aggiungere i **focchi di riso** mescolando accuratamente.
- Lasciare addensare il porridge 1 - 2 minuti circa e aggiungere la purea di frutta.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE CON LATTE VACCINO

Energia	(1395 kJ) 333 kcal
Carboidrati	39,6 g
Proteine	10,5 g
Grassi	14,0 g

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE CON LATTE PER LATTANTI

Energia	(1403 kJ) 335 kcal
Carboidrati	42,2 g
Proteine	8,5 g
Grassi	13,9 g

## INGREDIENTI

- 125 ml **Infatrina**
- 100 ml latte per lattanti o latte vaccino al 3,5 %
- 20 g **focchi di riso per pappa**
- 20 g purea fine di frutta



Suggerimento  
di presentazione



# PORRIDGE DI FIOCCHI INTEGRALI DAL 6° MESE

 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

- Riscaldare a bagnomaria **Infatrina**.
- Preparare l'alimentazione del lattante come di consueto o, in alternativa, bollire del latte vaccino e lasciarlo raffreddare a temperatura da bere.
- Versare il latte caldo in una ciotola e aggiungere il **porridge di cereali** mescolando accuratamente.
- Lasciare addensare il porridge 1 - 2 minuti circa e aggiungere la purea di frutta.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE CON LATTE VACCINO

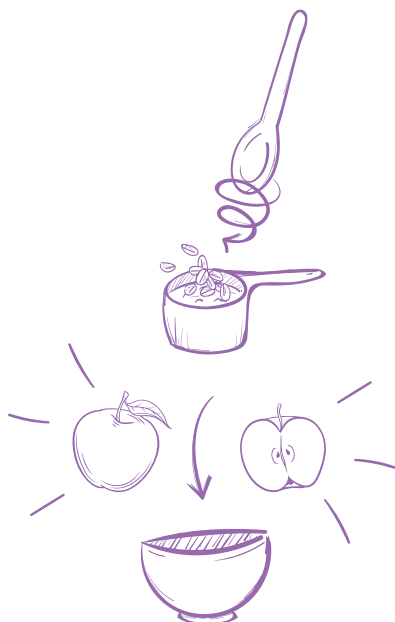
Energia	(1114 kJ) 266 kcal
Carboidrati	33,7 g
Proteine	8,7 g
Grassi	10,1 g

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE CON LATTE PER LATTANTI

Energia	(1122 kJ) 268 kcal
Carboidrati	36,3 g
Proteine	6,7 g
Grassi	10 g

## INGREDIENTI

- 125 ml **Infatrina**
- 100 ml latte per lattanti o latte vaccino al 3,5 %
- 25 g **porridge di cereali**
- 20 g purea di frutta



Suggerimento di presentazione



# ZUPPA AL POMODORO



1 porzione circa



## PREPARAZIONE

- Versare la zuppa di pomodoro in una pentola adatta e aggiungere acqua calda.
- Riscaldare la zuppa mescolando.
- Una volta riscaldata, togliere la pentola dal piano cottura e aggiungere **NutriniDrink Multi Fibre** mescolando.
- Riscaldare la zuppa sul piano cottura alla temperatura di consumo (non bollire).

## VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(955 kJ) 228 kcal
Carboidrati	27,8 g
Proteine	7,6 g
Grassi	9,6 g

## INGREDIENTI

100 ml **NutriniDrink  
Multi Fibre**  
**Gusto neutro**

1/2 barattolo zuppa di pomodoro,  
(140 g) concentrato

30 ml circa acqua calda



**CONSIGLIO**  
Per un gusto più cremoso aggiungere un po' di panna. Questa ricetta può essere realizzata anche con qualunque altro concentrato per zuppe.



Suggerimento di presentazione

# FRITTATA AL PROSCIUTTO E POMODORO



 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

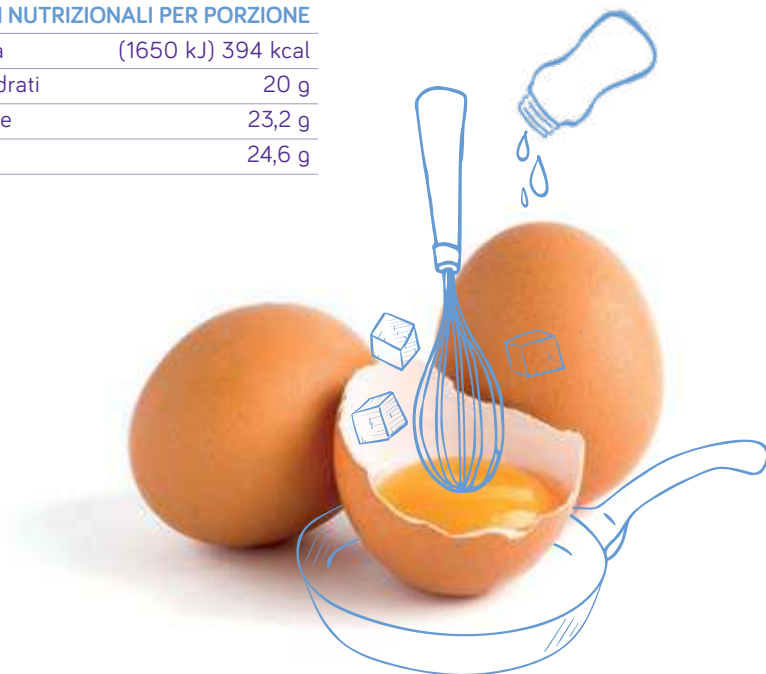
- Sbattere **NutriniDrink Multi Fibre** con le uova.
- Aggiungere i dadini di prosciutto e pomodoro.
- Ungere una padella con un po' d'olio e cuocere il composto fino a ottenere una frittata.

## INGREDIENTI

- 100 ml **NutriniDrink Multi Fibre**  
**Gusto neutro**
- 2 uova
- 20 g prosciutto a dadini
- 20 g pomodoro a dadini
- 5 ml di olio

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1650 kJ) 394 kcal
Carboidrati	20 g
Proteine	23,2 g
Grassi	24,6 g







**CONSIGLIO**  
Altre varianti con  
30 g di formaggio  
grattugiato, 50 g di  
funghi lessi o 30 g  
di prosciutto  
affumicato.

# PURÈ DI PATATE FRESCHE

 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

- Bollire le patate coperte in acqua salata per 20 - 25 minuti.
- Scolare le patate e schiacciarle finemente con uno schiacciapatate, aggiungendo il burro e **NutriniDrink Multi Fibre**.
- Se necessario, passare il tutto con un setaccio.
- Insaporire con noce moscata.

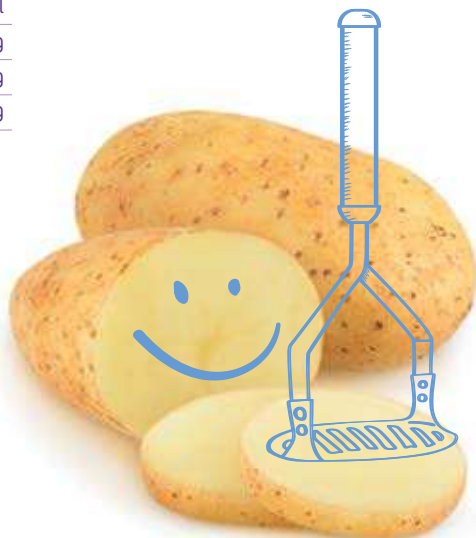
### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

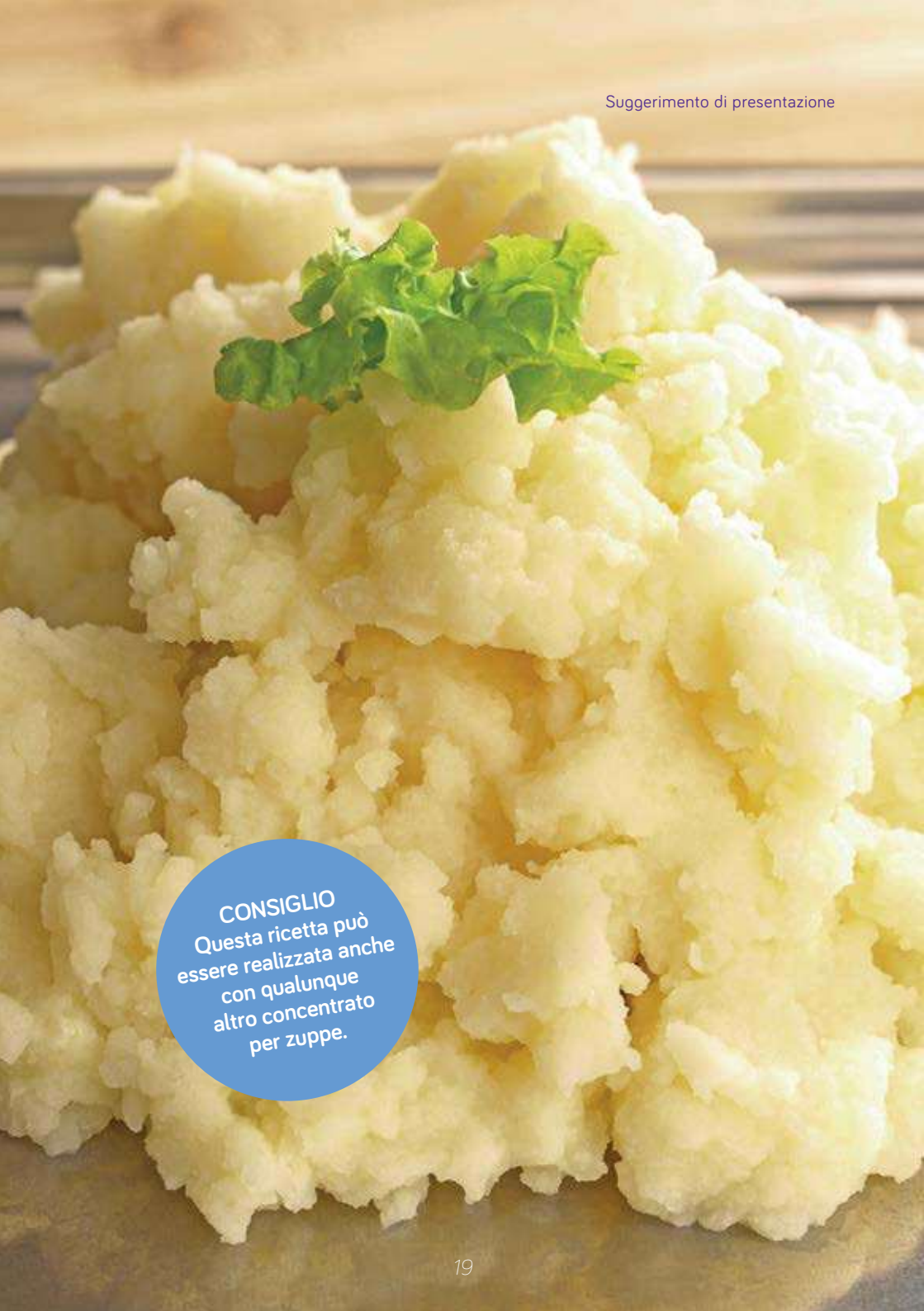
Energia	(1208 kJ) 288 kcal
Carboidrati	39,5 g
Proteine	5,8 g
Grassi	11,9 g



## INGREDIENTI

- 50 ml **NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro**
- 200 g patate tagliate a metà
- 1 cucchiaio burro (margarina)
- Noce moscata





**CONSIGLIO**  
Questa ricetta può  
essere realizzata anche  
con qualunque  
altro concentrato  
per zuppe.

# PURÈ DI PATATE VELOCE

 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

- Portare a ebollizione il latte e il burro.
- Aggiungere **NutriniDrink Multi Fibre** e riscaldare.
- Versare il purè istantaneo a pioggia e mescolare a calore moderato.
- Insaporire con noce moscata.

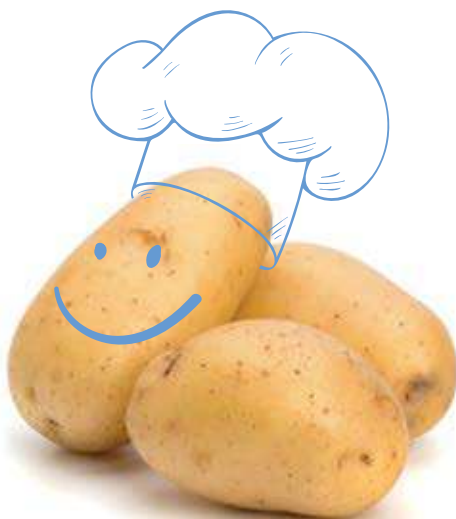
## VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1085 kJ) 259 kcal
Carboidrati	27,2 g
Proteine	4,7 g
Grassi	14 g



## INGREDIENTI

- 50 ml latte
- 50 ml **NutriniDrink Multi Fibre**  
**Gusto neutro**
- 1 cucchiaino burro (margarina)
- 20 g purè istantaneo in polvere (non bollire, peso secondo le istruzioni del prodotto per 100 ml)
- Noce moscata



Suggerimento di presentazione



# SPAGHETTI AL RAGÙ

 2 porzioni circa

## PREPARAZIONE

- Scaldare l'olio in una padella, soffriggere cipolla e aglio. Aggiungere il macinato e soffriggere. Aggiungere il concentrato di pomodoro, le spezie e i pomodori.
- Cuocere a calore medio mescolando ogni tanto per 30 minuti circa.
- Cuocere gli spaghetti al dente in acqua salata.
- Togliere il ragù dal piano cottura e aggiungere **NutriniDrink Multi Fibre** mescolando. Riscaldare nuovamente il ragù alla temperatura di consumo.
- Scolare gli spaghetti e servirli con il ragù. Cospargere con parmigiano a piacere.

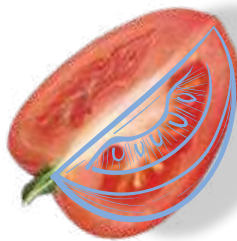
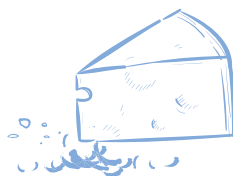
### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1820 kJ) 435 kcal
Carboidrati	43,6 g
Proteine	16,7 g
Grassi	21,5 g



## INGREDIENTI

- 80 ml **NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro**
- 20 ml olio d'oliva o di semi
- 75 g macinato misto
- 1/2 cipolla
- 1/2 spicchio d'aglio o aglio tritato
- 1 cucchiaino concentrato di pomodoro
- 1 cucchiaino miscela di spezie
- 80 g passata di pomodoro
- 100 g spaghetti
- 10 g parmigiano grattugiato





# MACCHERONI AL FORMAGGIO

 2 porzioni circa



## PREPARAZIONE

- Sciogliere il burro in una padella. Incorporare la farina fino a formare un impasto omogeneo.
- Aggiungere il latte e successivamente **NutriDrink Multi Fibre** e 20 g di formaggio.
- Far asciugare mescolando a calore moderato.
- Cuocere i maccheroni al dente in acqua salata.
- Mettere i maccheroni in una pirofila, distribuirvi sopra la salsa e spolverare con il formaggio rimanente.
- Rosolare in forno (ventilato 180 °C, ripiano centrale) per 20 - 25 min.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1557 kJ)	372 kcal
Carboidrati		46,1 g
Proteine		13,7 g
Grassi		14,7 g

## INGREDIENTI

- 80 ml **NutriDrink Multi Fibre**  
**Gusto neutro**
- 10 g burro (margarina)  
(1 cucchiaino)
- 20 ml latte intero
- 10 g farina (1 cucchiaino)
- 100 g maccheroni
- 40 g formaggio grattugiato







# SPÄTZLI

 1 porzione circa



## PREPARAZIONE

- Sbattere l'uovo, aggiungere il burro, la farina, **NutriniDrink Multi Fibre** e mescolare bene con un pizzico di sale e noce moscata.
- Portare a ebollizione l'acqua salata e passare il composto per Spätzli attraverso un attrezzo o una grattugia per Spätzli.
- Portare a ebollizione gli Spätzli finché non vengono a galla.
- Scolarli e passarli brevemente sotto l'acqua fredda per evitare che s'incollino tra loro.

## INGREDIENTI

- 100 ml **NutriniDrink Multi Fibre**  
**Gusto neutro**
- 100 g farina  
1 uovo  
15 g burro fuso  
Sale, noce moscata

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(2692 kJ) 641 kcal
Carboidrati	87 g
Proteine	19,6 g
Grassi	24 g



Suggerimento di presentazione



# FUNGHI CREMOSI

 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

- Affettare finemente la cipolla e soffriggerla nell'olio.
- Aggiungere i funghi puliti e tagliati in fettine sottili.
- Rosolare brevemente e versare **NutriniDrink Multi Fibre**, se necessario addensare con un po' di farina.
- Insaporire con le spezie, eventualmente con un po' di succo di limone o aceto e crème fraîche.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1294 kJ) 309 kcal
Carboidrati	21 g
Proteine	8,3 g
Grassi	22 g



## INGREDIENTI

- 100 ml **NutriniDrink Multi Fibre**  
**Gusto neutro**
- 10 g olio di colza
  - 15 g cipolla
  - 100 g funghi champignon o finferli
  - 15 g crème fraîche
  - Sale, pepe, prezzemolo, succo di limone o aceto, brodo vegetale in polvere, un po' di farina



Suggerimento di presentazione



# POLLO AL CURRY

 1 porzione circa



## PREPARAZIONE

- Soffriggere nell'olio la cipolla tritata con il pollo tagliato a pezzettini fino a completa doratura.
- Aggiungere le zucchine lavate e tagliate a pezzetti e rosolare.
- Irrorare con **NutriniDrink Multi Fibre**
- Insaporire con il brodo in polvere e il curry, salare e pepare, aggiungere eventualmente un po' di succo di limone o aceto, versare infine la crème fraîche e lasciar riposare brevemente.
- Se necessario, addensare con un po' di farina (mescolare con un po' d'acqua fino a ottenere una consistenza omogenea e mescolare alla salsa, ortando brevemente a ebollizione).

## INGREDIENTI

100 ml **NutriniDrink Multi Fibre**

**Gusto neutro**

20 g cipolla

10 g olio di colza

100 g filetto di petto di pollo

50 g zucchine

20 g crème fraîche

5 g farina di frumento

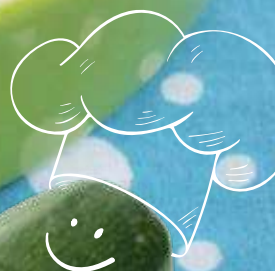
Brodo di pollo in polvere, succo di limone o aceto, sale, pepe, curry in polvere



### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1813 kJ)	433 kcal
Carboidrati		3,2 g
Proteine		24 g
Grassi		25 g

Suggerimento di presentazione



# MOUSSE DI TONNO

 per 5 persone

## PREPARAZIONE

- Schiacciare il tonno con una forchetta.
- Passare al setaccio.
- Con una frusta, amalgamare il tonno con la maionese e la gelatina intiepidita. Montare la panna e aggiungerla assieme a **NutriniDrink Compact Multi Fibre**.
- Mettere la mousse in un recipiente idoneo e lasciarla raffreddare in frigorifero per alcune ore.
- Guarnire la mousse con pomodoro a dadini ed erba cipollina.

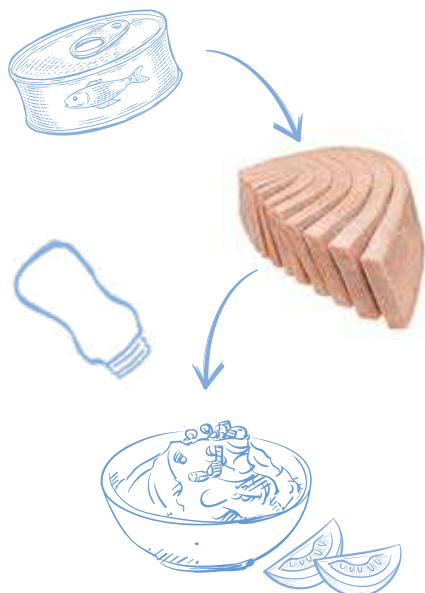
## VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE DA 100 g

Energia	(837 kJ) 200 kcal
Carboidrati	16,2 g
Proteine	8 g
Grassi	10,5 g



## INGREDIENTI

- 100 g tonno
- 100 ml gelatina
- 20 g maionese
- 100 ml panna da montare
- 3 **NutriniDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro**
- 1 pomodoro
- Erba cipollina





Suggerimento di presentazione



+ 25 %  
di calorie!\*

+ 23 %  
di proteine!\*

\*rispetto a una ricetta  
«standard»

# PORRIDGE DI AVENA

 1 porzione circa

## PREPARAZIONE

- Aggiungere i fiocchi scolti nel latte freddo, mescolare e portare brevemente a ebollizione.
- Scaldare **NutriniDrink Multi Fibre** a bagnomaria e incorporarlo con una frusta.
- Lasciar cuocere a calore medio per circa 1 minuto mescolando fino a raggiungere la consistenza desiderata.
- Lasciar raffreddare un po' e incorporare la frutta.

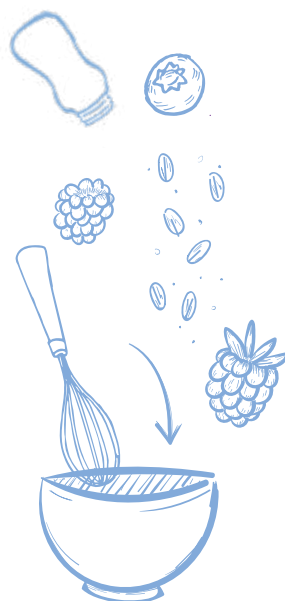
### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1352 kJ) 323 kcal
Carboidrati	39,2 g
Proteine	9,2 g
Grassi	13,4 g



## INGREDIENTI

- 100 ml latte vaccino (3,5 % di grassi) o latte per lattanti
- 100 ml **NutriniDrink Multi Fibre** **Gusto neutro**
- 20 g fiocchi di avena per pappa
- 2 cucchiaini frutta (in purea o frullata)



**CONSIGLIO**  
Ottimo anche con  
NutriniDrink Multi Fibre  
ai gusti cioccolato,  
vaniglia, banana  
o fragola.



Suggerimento di presentazione

# PORRIDGE AL SEMOLINO

 1 porzione circa



## PREPARAZIONE

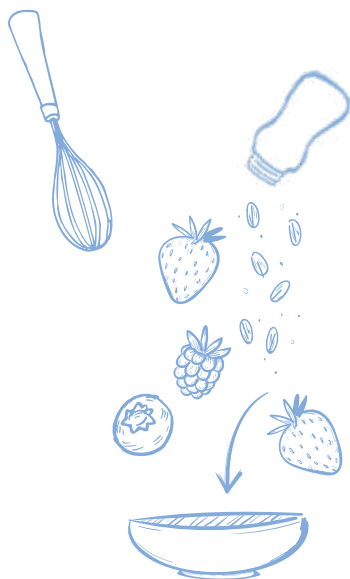
- Bollire brevemente il latte vaccino o per lattanti.
- Aggiungere il semolino mescolando con una frusta.
- Scaldare **NutriDrink Multi Fibre** a bagnomaria e incorporarlo con una frusta.
- Lasciar cuocere a calore medio mescolando fino a raggiungere la consistenza desiderata.
- Lasciar raffreddare un po' e incorporare la frutta.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1290 kJ) 308 kcal
Carboidrati	40,8 g
Proteine	9,4 g
Grassi	11 g

## INGREDIENTI

- 100 ml latte vaccino (3,5 % di grassi) o latte per lattanti
- 100 ml **NutriDrink Multi Fibre Gusto neutro**
- 20 g cereali (es. farro o semolino di frumento)
- 2 cucchiaini frutta (in purea o frullata)



**CONSIGLIO**  
Ottimo anche  
con NutriDrink  
Multi Fibre ai gusti  
cioccolato, vaniglia,  
banana o fragola.



# NUTRINI ENERGY BALL



 90 palline circa

## PREPARAZIONE

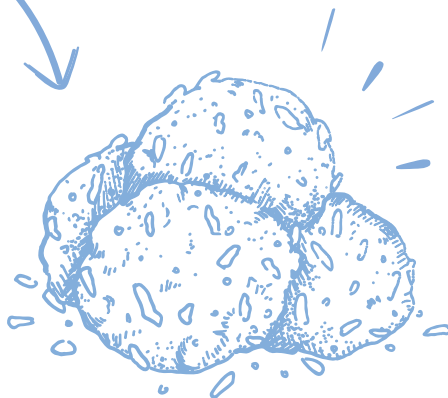
- Frullare insieme i datteri e la bevanda di cocco fino a ottenere una consistenza cremosa.
- Aggiungere alla purea il cocco grattugiato, le mandorle e gli anacardi tritati.
- Aggiungere **NutriniDrink Multi Fibre** e l'aroma di vaniglia fino a formare un composto omogeneo. Lasciar riposare in frigorifero per un giorno.
- Poi prelevare piccole quantità e formare delle palline da rotolare infine nel cocco grattugiato.

## INGREDIENTI

- 50 ml **NutriniDrink Multi Fibre Gusto neutro**
- 200 g cocco grattugiato (+ altri 100 g circa per guarnire)
- 200 g mandorle tritate
- 400 g anacardi tritati
- 280 g datteri
- 370 ml bevanda al cocco
- 2 cucchiaini aroma di vaniglia

### VALORI NUTRIZIONALI PER PALLINA (20g)

Energia	(335 kJ) 80 kcal
Carboidrati	4,3 g
Proteine	1,8 g
Grassi	6 g





**CONSIGLIO**  
Per palline ancora  
più energetiche usare più  
NutriniDrink Multi Fibre  
al posto della bevanda  
al cocco o sostituirla  
con latte di cocco  
intero.

# PICCOLI MUFFIN AI LAMPONI

 15 porzioni



## PREPARAZIONE

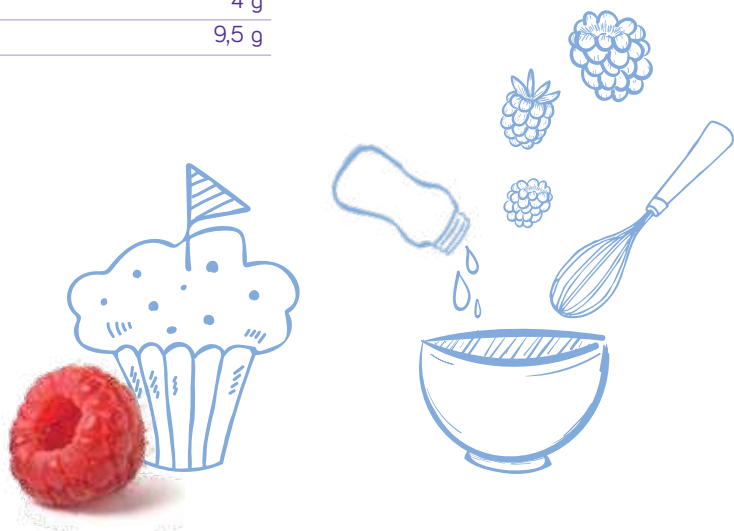
- Mescolare energicamente il burro, lo zucchero, la vaniglia, il sale e la farina fino a ottenere un composto spumoso.
- Aggiungere le uova, il lievito in polvere e **Nutrini Drink Compact Multi Fibre**.
- Aggiungere i lamponi.
- Cuocere in forno a 180 °C per 30 - 35 minuti.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(837 kJ) 200 kcal
Carboidrati	24 g
Proteine	4 g
Grassi	9,5 g

## INGREDIENTI

- 120 g burro
- 180 g zucchero
- ½ cucchiaino baccello di vaniglia grattugiato
- ¼ cucchiaino Sale
- 250 g farina
- 2 uova
- 3 cucchiaini lievito in polvere
- 250 ml **NutriniDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro**
- 250 g lamponi freschi o congelati





Suggerimento di presentazione



+ 17 %  
di calorie!\*

+ 14 %  
di proteine!\*

\*rispetto a una ricetta  
«standard»

# GELATO ALLA STRACCIATELLA

 1 porzione circa



## PREPARAZIONE

- Mettere **NutriDrink Multi Fibre** e lo zucchero vanigliato nella gelatiera.
- Accendere la macchina e dopo 10 minuti aggiungere le scaglie di cioccolato.
- Guarnire con panna montata.

## INGREDIENTI

- 200 ml **NutriDrink Multi Fibre Gusto neutro**
- 10 g zucchero vanigliato
- 30 g scaglie di cioccolato
- Panna montata

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(2096 kJ) 499 kcal
Carboidrati	63 g
Proteine	9,6 g
Grassi	23 g



Suggerimento di presentazione



# GELATO AL CARAMELLO

 15 palline circa

## PREPARAZIONE

- Tagliare i baccelli di vaniglia in tre parti, metterli in una padella con lo zucchero e cuocere a calore moderato.
- Mescolare fino alla formazione del caramello (il segreto per un risultato perfetto: non aumentare mai il calore!).
- Togliere il composto dal piano cottura e deglassare con la doppia panna.
- Mescolare a calore minimo finché il caramello non si è sciolto nella panna. Togliere dal piano cottura.
- Scaldare separatamente **NutriniDrink Compact Multi Fibre** e sbattere i tuorli con una forchetta.
- Aggiungere ai tuorli **NutriniDrink Compact Multi Fibre** sbattendo energicamente.
- Incorporare il composto al caramello, continuando a sbattere.
- Riscaldare il composto fino quasi a ebollizione.
- Togliere i baccelli di vaniglia, passare al setaccio, aggiungere la vaniglia lasciar raffreddare.
- Versare il composto nella gelatiera e accendere la macchina.



## INGREDIENTI

250 g zollette di zucchero  
2 baccelli di vaniglia  
8 tuorli  
200 ml doppia panna  
375 ml **NutriniDrink Compact Multi Fibre Gusto neutro**

### VALORI NUTRIZIONALI PER PALLINA DA 80 g

Energia	(1109 kJ) 265 kcal
Carboidrati	33 g
Proteine	4 g
Grassi	12,2 g





**+ 30 %  
di calorie!\***  
**+ 30 %  
di proteine!\***

\*rispetto a una ricetta  
«standard»

Suggerimento di presentazione

# UNA BELLA CIOCCOLATA CALDA

 1 porzione circa

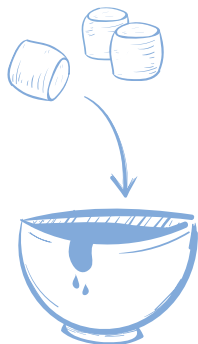


## PREPARAZIONE

- Mescolare la polvere di cioccolato caldo e il latte fino a formare un composto denso.
- Aggiungere lentamente **NutriniDrink Compact Multi Fibre**.
- Riscaldare in padella a calore moderato (non portare a ebollizione).
- Versare in una tazza grande e guarnire con panna montata e marshmallow.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(1611 kJ) 385 kcal
Carboidrati	45 g
Proteine	9,4 g
Grassi	18 g



## INGREDIENTI

125 ml **NutriniDrink Compact Multi Fibre** **Gusto neutro**

1 bust. preparato per cioccolato calda

30 ml latte intero

Panna montata

Mini-marshmallow



Suggerimento di presentazione



# FRUTTI DI BOSCO SULLO STECCO

 4 porzioni circa

## PREPARAZIONE

- Mescolare **200 ml NutriniDrink Smoothie** con la frutta fresca.
- Versare il composto in piccoli contenitori o stampi per gelato con stecco e mettere nel congelatore per diverse ore. È possibile utilizzare anche una gelatiera.

### VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	(625 kJ) 150 kcal
Carboidrati	19 g
Proteine	3,4 g
Grassi	6,4 g



## INGREDIENTI

200 ml **NutriniDrink Smoothie**  
Frutta fresca a piacere

**CONSIGLIO**  
Frutti rossi o frutta  
estiva: un semplice e  
rinfrescante ghiaccio  
alla frutta!













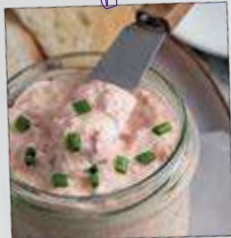
Frittata



Pur di patate



Funghi



Mousse di tonno



Cioccolata



Gelato al caramello



Muffin ai lamponi



Energy ball



# NUTRICIA

Danone Schweiz AG - Hardturmstrasse 135 - 8005 Zurigo  
Telefono 044 306 90 00 - Fax 044 306 89 89 - [info.danone.ch@danone.com](mailto:info.danone.ch@danone.com)