



*Special
fingerfood*



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.

Weer meer autonomie met fingerfood

De maaltijden zijn voor de meeste ouderen in je woonzorgcentrum de hoogtepunten van de dag. Maar voor sommige bewoners is eten niet vanzelfsprekend. Bijvoorbeeld wanneer ze door dementie hun bestek niet meer herkennen, door fysieke klachten niet met bestek kunnen eten of problemen hebben met kauwen en slikken. En dan verliezen ze een groot deel van hun autonomie – tot hun grote frustratie. Met fingerfood geef je hun de zelfstandigheid én het eetplezier weer terug.

Voor iedere bewoner een bord vol plezier!

Hapklaar, lekker én gezond

Fingerfood zijn kleine hapjes die de bewoners van je woonzorgcentrum makkelijk met hun vingers kunnen eten. De porties worden gemaakt van volwaardig bereide maaltijden. De smaak en voedingsstoffen blijven bewaard. Je past alleen de textuur van de voeding aan.

In deze brochure vind je tips en 4 fingerfood-bereidingen, afgeleid van basisrecepten, terug. Scan de codes op de pagina's voor nog meer inspiratie en recepten.

Index

- 3** Tips
Aan de slag met textuur

- 4** Recept
Boterboontjes met fijne kruiden en knoflook

- 6** Recept
Venkel in roomsaus met tuinkruiden

- 8** Recept
Stoofpot van kip, champignons en spinazie

- Recept
Stoofpot met kip, tomaten en paprika

10



Tips!

Scan de code voor meer info!



- 1. Feest voor álle zintuigen**
De beste maaltijden prikkelen alle zintuigen. Hoe iets voelt, proeft, ruikt en eruitziet: dat plaatje moet helemaal kloppen. En dat is ook zo voor fingerfood.
- 2. Herkenbare voeding**
Bij fingerfood is het belangrijk dat het eten herkenbaar blijft – in blokjes, frietjes, toefjes of bolletjes. Laat de componenten ook goed contrasteren op het bord door met kleur te werken. Want bij dementie neemt het gezichtsvermogen vaak af.

- 3. Desserthapjes**
Pudding, cheesecake en gebakjes: ook je desserts tover je makkelijk om tot vingerhapjes.

Aan de slag met textuur: in 3 stappen naar softmeal of fingerfood



Stap 1: Mix het basisgerecht

- Niet te lang, niet te kort (minimum 30 seconden).
- Let erop dat de temperatuur van wat u mixt niet hoger is dan ongeveer 40°C, anders binden de eiwitten zich en verandert de textuur.



Stap 2: Verrijk de textuur

- Emulseer de mix met water, bouillon of een vetstof.
- Voeg de juiste verhouding **Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins** toe.



Stap 3: Laat langzaam garen

- Zet uw bereiding al dan niet afgefilm in een vorm in de stoomoven.
- Garen aan 90°C gedurende 15 à 50 min. naargelang de massa van de vorm. De voordelen? Er vormt zich geen korst, de voedingswaarde blijft beter bewaard en de stolling is gelijkmatig en glad.

Boterboontjes met fijne kruiden en knoflook

Fingerfood



Bijgerecht

€ Foodcost per persoon: 4,39 €

INGREDIËNTEN VOOR 1 KG

- 800 g boterboontjes, gekookt
- 40 ml water
- 4 g **Knorr Primerba Tuinkruiden**
- 3 g **Knorr Primerba Knoflook**
- 160 g **Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins**



KNORR PRIMERBA TUINKRUIDEN

Een melange van groene kruiden zoals bieslook, peterselie, kervel, basilicum en dille voor warme en koude bereidingen. Zonder gluten of lactose, veganistisch en tot 1 jaar houdbaar.



KNORR PRIMERBA KNOFLOOK

Nauwelijks te onderscheiden van verse kruiden. Deze kruidenmix geeft onmiddellijk smaak af en heeft een bijzonder sterk aroma. Doseer dus met mate.



KNORR BEREIDING VOOR TERRINES, SOUFFLÉS, GRATINS

Bewaart de smaak van je originele gerecht. Deze bereiding is gemaakt op basis van aardappelen en eieren, zonder kleurstoffen, conserveermiddelen of smaakversterkers.

Eerste stap: het basisrecept

Alle recepten uit deze brochure vertrekken van een klaargemaakt gerecht. Op elke pagina staat de QR-code naar dat basisrecept.

Scan de code voor het recept 'Boterboontjes met fijne kruiden en knoflook'.



BEREIDINGSWIJZE

1. Blix de gekookte boterboontjes met het water, de Knorr Primerba Tuinkruiden en de Knorr Primerba Knoflook tot een gladde massa.
2. Voeg de Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins toe en blix alles tot 1 geheel.
3. Verdeel over vormpjes en gaar in de combi-steamer op 90°C en 100% stoom gedurende 15 à 50 minuten naargelang de massa.

Tip!

Maak er een aantrekkelijke presentatie van. Serveer het fingerfood als fijne frietjes en mooie bolletjes.

Venkel in roomsaus met tuinkruiden *Fingerfood*

Bijgerecht

Scan de code voor
het basisrecept



€ Foodcost
per persoon: 3,34 €

INGREDIËNTEN VOOR 1 KG

800 g venkel met roomsaus en tuinkruiden

200 g **Knorr Bereiding voor Terrines,
Soufflés, Gratins**

BEREIDINGSWIJZE

1. Mix de stoofpot tot een gladde massa.
2. Voeg de Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins toe en mix tot alles 1 geheel is.
3. Verdeel over vormpjes en gaar in de combisteamer op 90°C en 100% stoom gedurende 15 à 50 minuten naargelang de massa.

Tip! Je gasten eten ook met hun ogen. Maak kleine bolletjes van het fingerfood of snijd en dresseer in smakelijke plakjes.



Chefs over fingerfood



*Wie minder eet,
moet **beter** eten*

Hoe geef je ouderen en mensen met eetproblemen hun eetlust en -plezier terug? Chefs Olivier Vlamincq, Philip Van Hoornick, Kris Wellekens en Cédric Le Goupil geven een inkijk in hun favoriete warme en koude fingerfoodrecepten. Met tips voor maaltijden met een gewijzigde textuur en voorbeelden van een aantrekkelijke presentatie.

Scan de code voor hun tips
en fingerfoodrecepten.



“ Olivier Vlamincq

Het plezier van eten terugvinden, de verschillende smaken weer kunnen onderscheiden. De glimlach van die mensen, daar doe ik het voor. ”

Stoofpot van kip, champignons en spinazie *Fingerfood*

Hoofdgerecht



Scan de code voor
het basisrecept



€ Foodcost
per persoon: 1,25 €

INGREDIËNTEN VOOR 1 KG

- 925 g Stoofpot van het vlees van
kippenbouten met
champignons en spinazie
- 75 g **Knorr Bereiding voor
Terrines, Soufflés, Gratins**

BEREIDINGSWIJZE

1. Blix de stoofpot tot een gladde massa.
2. Voeg de Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins toe en blix tot alles 1 geheel is.
3. Verdeel over vormpjes en gaar in de combisteamer op 90°C en 100% stoom gedurende 15 à 50 minuten naargelang de massa.

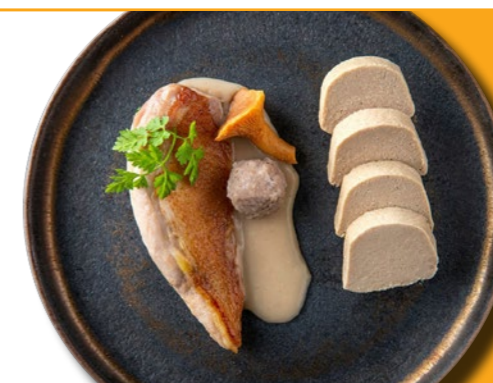


Tip!

Met Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins verander je de structuur van voeding zonder de smaak te verliezen. Let op: voeg geen extra zout toe, in de Knorr-bereiding zit voldoende.

Alle fingerfoodrecepten op een rij

Van scampi's met look en kerstomaatjes via witloof met hervekaas tot lamsschouder met boontjes. Welk fingerfoodrecept zet jij binnenkort op je menu?



Scan de code voor meer
fingerfoodrecepten



Stoofpot met kip, tomaten en paprika *Fingerfood*



Hoofdgerecht

Scan de code voor
het basisrecept



€ Foodcost
per persoon: 2,08 €

INGREDIËNTEN VOOR 1 KG

875 g stoofpot kipfilet met
tomaten en paprika

125 g **Knorr Bereiding voor
Terrines, Soufflés, Gratins**



BEREIDINGSWIJZE

1. Blix de stoofpot tot een gladde massa.
2. Voeg de Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins toe en blix tot alles 1 geheel is.
3. Verdeel over vormpjes en gaar in de combisteamer op 90°C en 100% stoom gedurende 15 à 50 minuten, naargelang de massa.



Softmeal

*Softmeal:
als slikken en kauwen
moeilijk is*

Fingerfood is handig voor mensen die moeite hebben met bestek, zoals ouderen met dementie. Je serveert de maaltijden dan in beetgare hapjes, zodat ze met hun handen toch zelfstandig kunnen eten. Voor ouderen met kauw- en slikproblemen zijn stukjes of brokjes uit den boze. Je maakt de fingerfood dan het best nog fijner tot softmeal. **Voeg in dat geval meer water toe aan je gerecht, en minder Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins. Blix het geheel tot een gladde massa.**



Scan de code voor
meer informatie

Wat is de beste manier om de textuur te wijzigen van koude of warme bereidingen, van zoete en hartige bereidingen, voor fingerfood en softmeal? Met deze 2 producten in je voorraadkast heb je al het nodige in handen.

Verander de textuur, niet de smaak

Knorr Textuur Gelei

De eenvoudige oplossing voor uw koud opgediende recepten met gemixte en fingerfood-textuur, zonder de smaak te wijzigen.



De voordelen:

- Smaak wordt niet gewijzigd
- Lost meteen op zonder verwarmen of weken
- Heeft een neutrale smaak
- Kan gebruikt worden in zoete of hartige bereidingen

Knorr Bereiding voor Terrines, Soufflés, Gratins

4 in 1: bekom de optimale textuur voor uw terrines, soufflés, gratins & fingerfood.



De voordelen:

- Eenvoudig in gebruik: basisbereiding + vloeistof + Knorr TSG = MIXEN, en klaar!
- Bewaart de smaak van uw oorspronkelijk gerecht
- Op basis van aardappelen en eieren
- Zonder palmolie, bewaarmiddelen, kunstmatige kleurstoffen en smaakversterkers

**Het belang van texturen.
Bekijk de video op ufs.com/textuur**



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.