

GLUTAMIN medical elkészítési javaslatok, recept ötletek

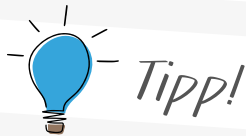
Reggeli frissítő ital



Hozzávalók 1 személyre:

- Narancslé 100 % - 150 ml
- Almalé 100 % - 150 ml
- Reszelt Gyömbér 1 kk
- Glutamin Medical narancs ízű tápszer por 3 adagolókanál (15 g)
- Édesítés ízlés szerint, ha szükséges

Az összetevőket shakerben, vagy turmixgépben jól elkeverjük, és készítés után közvetlenül fogyasztjuk. Állást követően a tápszer por leülepedhet, ilyenkor javasolt felkeverni. A tápszer íze az italban nem érezhető, frissítőként élvezettel fogyasztható.



Tipp!

Javasolt lehűteni a hozzávalókat készítés előtt, vagy jégkockát tenni a kész italba, mert a terápiák által esetlegesen kiváltott nyálkahártya károsodások okozta fájdalmat csökkentik a hideg -, jeges italok.

Ezt a tájékoztatót azért kapta kézhez, mert kezelőorvosa Önnek Glutamin Medical terápiát javasolt. A Glutamin Medical, a Glutamin Medical Plus és a Glutamin Medical WH speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek, melyek segítenek a magas glutaminszükséglettel járó állapotokban.

GLUTAMIN PÓTLÁS EGYSZERŰEN, KÖNNYEDÉN, FINOMAN



Rubenza Pharma

2045 Törökbálint, Tópark utca 3.

Fontos figyelmeztetések: Kizárólag orvosi felügyelet mellett használható. Kizárólagos táplálásra nem alkalmas. Parenterálisan nem alkalmazható. Csecsemőknek 1 éves kor alatt nem adható.

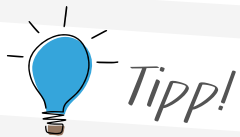
Almás banános gyümölcsjoghurt



Hozzávalók 1 személyre:

- Banán közepes 0,5 db
- Alma közepes 0,5 db
- Joghurt natúr (görög, magas zsírtartalmú) 150 ml
- Zabpehely 1 közepes ek
- Édesítés ízlés szerint, ha szükséges
- Glutamin Medical narancs ízű tápszer por 3 adagolókanál (15 g)
- Fahéj

A hozzávalókat a zabpehely kivételével turmixgépbe tesszük, és néhány percen keresztül turmixoljuk. Ha kész, hozzákeverjük a zabpehelyet, lehűtve fogyasztjuk. A tápszer enyhe narancs aromája jól harmonizál a hozzávalókkal. Kellemes ízű, vízben oldódó rostokban gazdag, egészséges gyümölcsjoghurt a végeredmény.



Tipp!

A vízben oldódó rostok kiméletesen segítik rendezni a bélműködést, mind székrekedés, mind hasmenés esetén. Ha az alapbetegség, vagy a terápia tej-, illetve laktóz érzékenységet okoz, a tehéntej alapú joghurt helyettesíthető növényi joghurt készítményekkel.

Gyümölcsrizs



Hozzávalók 1 személyre:

- rizs 50 g
- kókuszos – mandulaital 100 ml
- gyümölcs 50 g (barack, áfonya, fagyasztott, vagy friss)
- Glutamin Medical narancs ízű tápszer por 3 adagolókanál (15 g)
- édesítés ízlés szerint, ha szükséges
- pici só
- frissen reszelt citromhéj
- vanília rúd

Az átmosott rizst kis lángon megfőzzük a növényi tejjel. Főzés közben ízesítjük sóval, reszelt citromhéjával, vanília rúddal, igény szerint édesítjük. Ha megfőtt, lehúzzuk a tűzről, hozzákeverjük az aprított gyümölcsöket, és a Glutamin port, majd tálaljuk.



Tipp!

A Glutamin Medical tápszerekkel készült italokat, ételeket érdemes fogyasztás előtt felkeverni, mert a glutamin leülepedhet.