

Findus
**Special
Foods**

Timbaler!

FÖR EN KONSISTENSANPASSAD KOST
MED MYCKET MATGLÄDJE



Timbalkonsistens serveras vid ät- och sväljsvårigheter, måttliga till grava. Passande för dem som hamstrar mat i kinderna eller där måltiden tar lång tid. – Mjuk, slät, kort och sammanhållande konsistens.





VILKEN TYP AV MAT VILL DU SERVERA TILL EN PERSON SOM BEHÖVER TIMBALKONSISTENS?



MAT SOM KÖRTS I MIXERN



KONSISTENSANPASSAD MATRÄTT MED FINDUS TIMBALER

Findus Timbaler

Är mjuka, helt släta och sammanhållande. Konsistensen är "kort" alltså ska inte vara seg eller kletig och kan liknas med omelettkonsistens. De delas enkelt med en hand med en gaffel eller sked och behöver inte tuggas utan är så mjuka att de kan med hjälp av tungan pressas upp i gommen och sönderdelas.

Timbaler kan vara lösningen om man upplever något av följande problem:

- › Äter under längre tid än normalt
- › Mat samlas i kinderna
- › Bitar av mat plockas eller spottas ut ur munnen
- › Viss mat kan ej tuggas
- › Hosta eller harklingar
- › Rosslig eller gurglig röst
- › Klumpkänsla i halsen
- › Ätandet tröttar
- › Motoriska problem

Vid dessa problem informera sjuksköterska. För utredning och därefter val av individuellt anpassad konsistens ska kontakt tas med dietist eller logoped.

Var alltid uppmärksam och försiktig när ny konsistens introduceras!

När timbaler kan behövas:

- › Personer med muskelsvaghet
- › Personer med funktionshinder
- › Personer med demens, neurologiska sjukdomar ex. Parkinson, MS och ALSS
- › Stroke
- › Efter en operation i mun eller svalg
- › Cancer
- › Dålig tandstatus
- › Skador och olyckor
- › Infektioner





Per portion
95 g
Energi
203 kcal
Protein
10,7 g

KRÄMIG LAXMOUSSE PÅ TIMBALTOAST

	10 port	100 port
Laxtimbal med röksmak, Findus 96015515	240 g	2,4 kg
Smetana	1,5 dl	1,5 lit
Senap	1 msk	1,5 dl
Dill, Findus 96008493	10 g	100 g
Salt och peppar		

Slät ägggröra

Ägg	15 st	150 st
Mjölk/Visprädde	2 dl	2 lit
Salt och svartpeppar, finmald		
Smör	100 g	1 kg
Brödtimbal, Findus 96008767	200 g	2 kg
Dill, torkad, finmald		

Mosa tinad laxtimbal med en gaffel och blanda med smetana, senap och dill. Smaka av med salt och peppar.

Slät ägggröra

Vispa ihop ägg, mjölk/grädde, salt och peppar. Smält smöret. Häll i äggvispet och värm försiktigt under omrörning. Ägggröran ska vara krämig när den är färdig. Alternativt häll smeten i ett GN bleck. Tillaga i ugn 100°C ånga till smeten blir krämig. Ta ut ägggröran och rör om till en jämnt konsistens.

Lägg ägggröra på brödtimbalen och toppa med laxmousse. Garnera med dill och eventuellt örtolja.

PYTT PÅ KORV & FALAFEL

	10 port	100 port
Falafel timbal, Findus 96016938	700 g	7 kg
Korvtimbal, Chorizo, Findus 96016820	700 g	7 kg
Broccolitimbal, Findus 96008603	200 g	2 kg
Blandad grönsakstimbal, Findus 96008538	200 g	2 kg
Morotstimbal, Findus 96008515	200 g	2 kg
Potatistimbal, egengjord, se MRS	1 kg	10 kg

Sås/Dressing

Hp-sås	2 msk	3 dl
Worcestersås	1 msk	1,5 dl
Matolja	2 msk	3 dl
Salt och peppar, finmald		

Stekt ägg

Ägg	10 st	100 st
Mjölk	1 dl	1 lit
Thick & Easy™, Findus 96012898		

Tina timbalerna och dela i lagom pyttstorlek. Värm i 100 % ånga, 100°C, ca 5-7 minuter under lock.

Sås/Dressing

Blanda ihop Hp-sås, Worcestersås, olja, salt och peppar till en sås. Slå på och vänd runt såsen på de varma timbalerna och servera med stekt ägg.

Stekt ägg

Kör kokat ägg i en matberedare med lite mjölk till en slät konsistens. För en lite fastare konsistens, tillsätt Thick & Easy™. Dela gärna upp äggvita och äggula för sig innan ni kör den i matberedaren för att servera den som på bilden.

TIPS! Hitta recept på egengjord potatistimbal i kokboken Mätt, Rätt & Slätt, eller ersätt potatistimbaler med mer grönsakstimbal. Vill ni göra en vegetarisk pytt, ersätt korvtimbal, Chorizo med mer falafel timbal.



Per portion
400 g
Energi
599 kcal
Protein
26,4 g

PALSTERNACKSBIFF MED PEPPARROTS- OCH POTATISMOS & TIMBALSALLAD

	10 port	100 port
Palsternacksbiffar		
Palsternackspuré, Findus 96012419	800 g	8 kg
Potatismos, pulver	2 dl	1,5 kg
Berikning Majsvälling, Findus 96013897	1 dl	400 g
Grönsaksbuljong, pulver	1 msk	70 g
Pepparrotsvisp	1,5 msk	2,25 dl
Ägg	4 st	40 st

Thick & Easy™, Findus 96012898

Salt och peppar, finmalen

Timbalsallad

Morotstimbal, Findus 96008515	200 g	2 kg
Blomkålstimbal, Findus 96008668	200 g	2 kg
Broccolitimbal, Findus 96008603	200 g	2 kg

Vinägrett

Rapsolja	1 dl	1 lit
Vinäger, vit	3 msk	4,5 dl
Salladskrydda, mortlad		
Salt och peppar, finmalen		

Potatismos	1,5 kg	15 kg
------------	--------	-------

Palsternacksbiffar

Tina palsternackspuré och vispa i potatismospulver, Berikning Majsvälling, buljong och pepparrot. Smaka av med salt och peppar. Låt snabbt sjuda upp, dra från plattan och vispa i äggen. Spritsa till lagom stora biffar. Täck med lock eller folie och sätt in i ugn 100°C ånga ca 20 minuter.

Tips! Vill man ha smeten lite fastare, vispa i lite Thick & Easy™.

Timbalsallad

Blanda ihop alla ingredienserna till vinägretten. Riv halvfrusna timbaler och blanda med vinägretten.

Servera biffarna med potatismos och timbalsallad.



Per portion
400 g
Energi
348 kcal
Protein
9,6 g

SMÖRGÅSTÅRTA MED RÄKOR OCH ÄRTER

	12 port	100 port
Botten/mellanlager		
Pannkaksplätt, timbal, <i>Findus 96008667</i>	30 st	9 kg
Fyllning 1		
Gelatinblad	16 g	160 g
Fisk- och räkpuré, MSC, <i>Findus 96012413</i>	500 g	5 kg
Tomatpuré	2 msk	3 dl
Senap	2 msk	3 dl
Dill, torkad, finmald	1,5 tsk	x dl
Gräddfil	5 dl	5 lit
Salt		
Fyllning 2		
Gelatinblad	16 g	160 g
Ärtpuré, <i>Findus 96008227</i>	500 g	5 kg
Gräddfil	5 dl	5 lit
Grönsaksbuljong koncentrerad	1 msk	1,5 dl
Salt och svartpeppar, finmald		
Majonnäs	2 dl	2 lit
Crème Fraiche	0,5 dl	5 dl
Till garnering		
Majstimbal, <i>Findus 96008701</i>	25 g	250 g
Ärttimbal, <i>Findus 96008627</i>	50 g	500 g
Tomattimbal, <i>Findus 96008771</i>	75 g	750 g

Botten/mellanlager
Riv halvtinade pannkaksplättar på ett rivjärn. Pressa 1/3 del av de rivna plättarna till varje lager i en plastad form med blöta händer. Lägg plast mellan varje lager i formen för att skilja dem åt. Sätt in formen med de 3 lagrena i frysen för enklare hantering vid montering.

Fyllning 1
Lägg gelatinbladen i kallt vatten. Värm Fisk- och räkpuré, tomatpuré, senap och dillkrydda. Tillsätt gelatinbladen så de smälter. Ta av plattan och rör i gräddfil. Smaksätt med salt.

Fyllning 2
Lägg gelatinbladen i kallt vatten. Värm Ärtpuré och grönsaksbuljong. Tillsätt gelatinbladen så de smälter. Ta av plattan och rör i gräddfil. Smaksätt.

Montering
Bred på med fyllning 1 på den första botten, lägg sedan på nästa lager och fortsätt bred på fyllning 2. Avsluta med sista lagret och sätt i kyl ca 3-4 timmar.

Blanda majonnäs och crème fraiche. Bred runt om tårtan och avsluta med att garnera med de tinade olika timbalerna.



Per portion
400 g
Energi
479 kcal
Protein
19,3 g



Per portion
400 g
Energi
334 kcal
Protein
16 g

TIMBALGRYTA MED KOKOS OCH GRÖN CURRY

	10 port	100 port
Kokosmjölk	1 lit	10 lit
Berikning Majsvälling, <i>Findus 96013897</i>	1 dl	350 g
Grön Currypasta	2 msk	3 dl
Ristimbal, <i>Findus 96008641</i>	10 st	4 kg
Morotstimbal, <i>Findus 96008515</i>	20 st	4 kg
Blandad grönsakstimbal, <i>Findus 96008538</i>	10 st	4 kg
Grön Böntimbal, <i>Findus 96008708</i>	20 st	3 kg
Majstimbal, <i>Findus 96008701</i>	50 st	3,5 kg
Kvarg	800 g	8 kg
Ingefära, finmald		

Värm timbalerna enligt anvisningen på förpackningen. Hetta upp kokosmjölk, currypasta och Berikning Majsvälling. Strimla grönsakstimbalerna och lägg några i botten på en djup tallrik - håll över såsen och toppa med resten av timbalerna.

Servera med Ristimbal och en klick kvarg smaksatt med ingefära.

Tips! Pressa ristimbalen genom potatispressen eller dela i bitar.

MOROTSKAKA PÅ BRÖDTIMBAL

	10 port	100 port
Brödtimbal, <i>Findus 96008767</i>	6 st	2,4 kg
Frosting		
Smör, rumstempererat	50 g	500 g
Färskost	100 g	1 kg
Florsocker	2 dl	2 lit
Pressad lime		
Morotstimbal, <i>Findus 96008515</i>	3 st	600 g

Tina Brödtimbalerna och dela varje timbal i 3 bitar.

Frosting
Blanda ingredienserna till frosting och lägg smeten i en spritser.

Spritsa en klick på varje brödtimbalbit. Riv sedan fryst morotstimbal i långa strimlor och strö över frosting.



Per portion
50 g
Energi
296 kcal
Protein
5,5 g

TIPS HUR DU KAN SERVERA TIMBAL I OLIKA FORMER

Fisktimbal skärs i

- › skivor som paté
- › rektangel som fiskgratäng
- › "trekanter" eller ovala som panerad fisk
- › bitar till soppa
- › tärningar till gryta



Kötttimbal skärs i

- › skivor som stek mm.
- › tärningar till grytor, gulasch mm.
- › bitar till soppa
- › strimlor till stroganoff



TIPS HUR DU PIFFAR TILL YTAN

Vacker stekyta:

Pensla med sockerkulör utrört i lite vatten.



Kryddig yta:

Strö över finmalda torkade kryddor.



Om du vill lyfta smaken

ytterligare: Tillsätt Tabasco, balsamvinäger, chilipulver, cayennepeppar, fond, grillolja eller marinad.

Vacker grov stekyta/panering:

Pensla med sockerkulör utrört i lite vatten och strö över finmalda torkade kryddor.



Obs! Glöm inte att du kan tillsätta extra näring i dina måltider med **Berikning Majsavalling**
Art nr. 96013897

Finger food

- ett måltidskoncept!

Många personer som lider av demens har svårighet att hantera bestick och förmåga att äta på egen hand. Risken är att de äter för lite med viktminskning och undernäring som följd. Genom att servera mat som kan ätas med händerna sk **finger food**, kan man möjliggöra för denna målgrupp att kunna äta själv, något som är viktigt för att känna värdighet och välbefinnande.

Studier om finger food

Finger food är ett relativt nytt begrepp inom sjukvården men det finns redan flera studier som visar att finger food har betydelse för demensjukas matlust, och för andra personer med motoriska svårigheter. Det som lyfts fram är att fingerätande ger självständighet och kan stimulera patienter att äta själv. De som äter med fingrarna upplever även mindre stress då de kan äta i sin egen takt istället för att behöva matas av assisterande personal.

Findus Timbaler

Findus Special Foods har i mer än 40 år arbetat med utveckling av konsistensanpassad mat för personer med ät- och sväljsvårigheter och har ett brett sortiment av färdiga timbaler som är utmärkta att servera som finger food. Timbalerna är praktiskt lösfrysta, näringstäta och har en slät konsistens som är baserad på finpasserade råvaror och kan dessutom ätas direkt efter att de tinats. Findus Timbaler kladdar ej och är enkla att föra till munnen med hjälp av händerna.

TIPS & TRICK KRING FINGER FOOD

Att tänka på när du ska göra finger food till dina matgäster:

Form: Finger food ska vara enkel att plocka upp med fingrarna och behöver ha former som är greppbara. Alltså behöver de en viss höjd för att kunna vara greppvänliga. Tänk t.ex. pommes frites, tårtpisar, bouletter och halvmånar. Avlånga bitar är att föredra för att kunna doppa i sås.

Yta: Det är inte bara formen som avgör om man kan greppa och hålla en bit mat med fingrarna, utan även ytan som inte får vara för kladdig eller hal för att hålla. Däremot ska de inte heller vara för torra då det kan vara svårt att tugga och svälja för personer med dysfagi (ät- och sväljsvårigheter).

Konsistens: Beroende på matgästens problematik kan du behöva anpassa även konsistensen på maten från hel konsistens till grov paté eller timbalkonsistens.

Sås/Dipp: Såsen eller dippen är en viktig del när man serverar finger food. Den gör maten enklare att svälja och kan berikas, vilket ger måltiden extra näring och är bra för dem som äter små portioner.

När man tänker finger food är det lätt att man koncentrerar sig på det praktiska så att det är lätt för matgästen att få i sig maten. Men att maten smakar gott, ser god ut och innehåller rätt mängd näringsvärde är självklart också viktigt för att matgästen ska må bra.



**Tina
&
servera!**

Findus Timbaler
kan ätas
direkt.

HÄR SERVERAS BITAR AV
LAXTIMBAL MED RÖKSMÅK, RISTIMBAL,
MOROTSTIMBAL OCH ÄRTTIMBAL.
SERVERAS MED MAJS- OCH FÄRSKOSTDIPP



MÅNGA ANLEDNINGAR TILL ATT VÄLJA FINDUS

- › Brett utbud av produkter. Cirka 70 st timbaler, puréer, grova patéer, berikning och förtjockningsmedel.
- › Utbildningar för vård- och kökspersonal.
- › Rådgivning dagligen till våra kunder.
- › Informationsmaterial för vård, kökspersonal och privatpersoner.
- › Kokbok med ca 300st recept.
- › Ett 20-tal receptbroschyrer.
- › Anpassar kundernas menyer efter önskemål.