

**Mat med rätt konsistens,
IDDSI-guidning & recept**

matlagning.



foodservices.



Innehåll

3	Om Findus Care
4-7	Att välja rätt konsistens
8-11	Vanlig konsistens
12-17	Lättuggad
18-20	Mjuk och delad
21	Grovmalen & Saftig
22-29	Timbal
30-31	Trögflytande
32-33	Lätt & Mycket lätt Trögflytande
34-35	Produkter

Findus
Special
Foods

Findus Care

Symptom på tugg- och sväljsvårigheter, eller dysfagi som det också kallas, varierar stort från individ till individ. En del behöver enbart byta ut några få livsmedel eller få hjälp med att få maten delad i mindre bitar medan andra har så pass grava svårigheter att de endast kan förtära flytande kost.

Alla har vi någon gång satt mat eller dryck i "fel" hals och upplevt hur obehagligt detta är. Hostan blir kraftig och okontrollerad, tårarna rinner, vi har svårt att andas och framför allt känner man sig till stort besvär vid matbordet. Att inte få rätt konsistens på maten och riskera att detta inträffar vid var och varannan måltid skapar såklart stor oro och ångest för individen. Man kanske drar sig undan, undviker att äta vissa livsmedel och framför allt äter mindre mängd mat vilket ökar risken för undernäring.

Oavsett graden av symtom och vilken nivå av konsistens matgästen behöver ska maten se aptitlig ut, smaka gott och dessutom innehålla alla de näringsämnen som individen behöver. Att känna matlust och ha aptit ökar förutsättningarna för att matgästen får i sig tillräckligt med energi och näring.

I materialet Matglädje presenterar vi recept, produkter och förhoppningsvis massor av inspiration inom alla nivåer av konsistenser. Allt från normal konsistens till tunnflytande. Vi kommer att följa både konsistensguiden och IDDSI så att oavsett vilken konsistensguide/lathund ni använder er av så kan ni ta del av recepten och tipsen från denna folder.

Vad som kan vara viktigt att känna till är att individer med dysfagi klarar av nivåer av konsistenser även under den nivå som ordinerats. Så en person som står på Timbalkonsistens, Nivå 4 (IDDSI) klarar av att äta även nivå 3 och 2, kanske till och med 1 till 0.

Många med dysfagi har problem just med tunnflytande. Vätskan rinner för snabbt ner i halsen och individer med trögutlöst sväljreflex och där struplocket inte stänger tillräckligt snabbt riskerar att få ner drycken i luftstrupen vilket såklart är problematiskt.

Att ge personer med dysfagi dryck och soppa från dessa nivåer ska därför inte ses som en självklarhet utan behöver bedömas från fall till fall. Det går enkelt att förtjocka mat och dryck med t ex Thick & Easy eller reda av t ex en soppa lite extra.



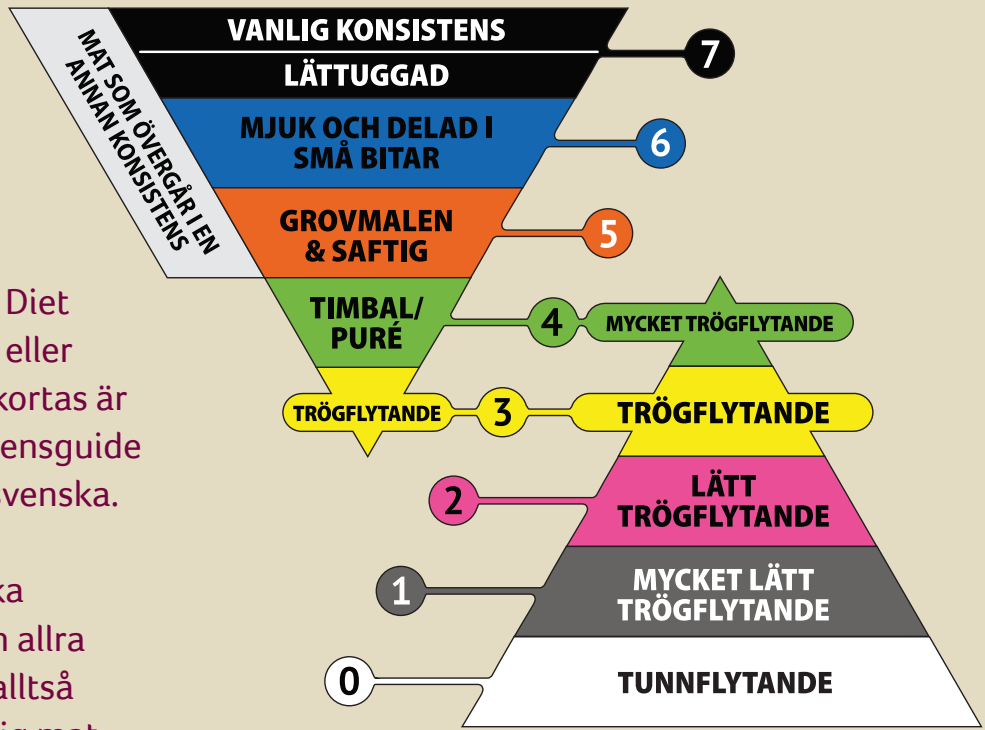
Identifiera och välja rätt konsistens

Guidning

IDDSI

International Dysphagia Diet Standardisation Initiative eller IDDSI som det också förkortas är en internationell konsistensguide som 2020 översatts till svenska.

Guiden är indelad i 7 olika konsistenser där 0 är den allra tunnaste konsistensen, alltså vatten och nivå 7 är vanlig mat.



KONSISTENSGUIDE			
	KONSISTENS	BESKRIVNING	EXEMPEL
	Hel och delad	Normal konsistens, eventuellt delad i mindre bitar.	Helt eller delat kött, hel fisk, färs- eller korvbitar, grönsaker, potatis och sås. Färs- kött eller konserverad frukt med vispad grädde eller glass.
	Grov paté	Luftig, mjuk och grovkornig. T ex saftig och mjuk köttfärsallampa. Lätt att dela med gaffel. Mer tuggmotstånd jämfört med timbal samt innehåller små bitar.	Grov köttpaté eller hel kott fisk, grov grönsakspaté eller vällagda grönsaker, potatis hel eller pressad och sås. Delad konserverad frukt med vispad grädde eller glass.
	Timbal	Mjuk, slät, kort och sammanhållande. T ex omelett. Kan ätas med gaffel eller sked. Måttlig grad av tuggmotstånd och homogen konsistens. Mer porös än grov paté.	Kött- eller fisktimbal, grönsaks- timbal/puré, potatismos eller pressad potatis och sås. Fruktfärg med vispad grädde eller glass.
	Gelé	Mjuk och hal mat, t ex vinbärgsgelé. Kan ätas med gaffel eller sked. Dalgig och homogen. Smälter i munnen. Till skillnad från grov paté och timbal.	Kall kött- eller fiskgelé, grönsaks- puré eller kall grönsaksgelé, potatismos och tjock sås. Fruktfärg med vispad grädde eller glass.
	Tjockflytande	Slät och trögflytande, t ex gräddfil. Droppar från skeden. Kan ej ätas med gaffel. Krimigare än flytande.	Beriad tjockflytande kött-, fisk- eller grönsaksoppa med en klack av crème fraîche. Tjockflytande fruktsoppa med vispad grädde eller glass.
	Flytande	Slät och rinnande, t ex tomatsoppa. Rinner av skeden. Kan ej ätas med gaffel. Mindre krämig jämfört med tjockflytande.	Beriad kött-, fisk- eller grönsaks- soppa med en klack av crème fraîche. Fruktsoppa med vispad grädde eller glass.
	Dryck	Ge först en liten mängd vätska med tesked för att se om personen kan svälja vätska konsistens utan att hosta. Var försiktig! De flesta personer med dyslagi behöver tjockflytande dryck. T ex nyponsoopkonsistens. En del personer med dyslagi kan dricka vatten eller dryck.	

Var alltid uppmärksam och försiktig när ny konsistens introduceras!

© 2023 Fincha Sverige AB

Konsistens- guiden

Konsistensguiden togs fram 2007 efter ett samarbete mellan Livsmedelsverket, dietister, logopeder, forskare inom området samt Findus Special Foods.

Konsistensguiden är indelad i 6 olika konsistenser som går från vanlig/hel konsistens till flytande/tjockflytande.

För individens bästa

Att ha gemensamma benämningar för de olika konsistenserna inom en organisation är viktigt för att säkerställa att matgästen får rätt konsistens och textur på maten. Det underlättar också kommunikationen mellan vårdpersonal och kökspersonal och att alla är införstådda i vad de olika nivåerna innebär vad gäller textur, konsistens och servering.

En annan viktig aspekt i att använda en gemensam konsistensguide inom t ex en region är om en person flyttas från ett sjukhus till ett seniorboende eller av någon anledning flyttas mellan olika boenden. Att inte behöva göra en ny bedömning av lämplig konsistens till matgästen underlättar både för all personal men också för individen.

Likheter mellan guiderna

- De följer samma mönster. Den vanliga konsistensen överst och ju finare och tunnare konsistensen blir desto längre ner i guiden kommer man.
- Individer som ”står” på en viss nivå/konsistens ska inte bli serverade mat ovanför denna konsistens/nivå.
- *Individer som står på en viss nivå/konsistens kan i många fall äta konsistenser som ligger under denna men det är inte en självklarhet. Många personer med dysfagi har problem med de allra tunnaste konsistenserna t ex vatten eller annan tunnflytande dryck och behöver bedömas från fall till fall.

Olikheter mellan guiderna

- Guiderna har olika benämningar för de olika nivåerna/konsistenserna.
- IDDSI har ingen motsvarighet till gelékonsistens.
- Konsistensguiden guider till olika maträtter och livsmedel utifrån graden av dysfagi. Beroende på vilka besvär individen av så ”står” man på en viss konsistens, t ex timbalkonsistens.
- IDDSI-guiden beskriver hur texturen måste vara på olika livsmedel och maträtter och en person med dysfagi kan således bli serverad en maträtt från olika nivåer i IDDSI guiden medan i Konsistensguiden innefattar en nivå/konsistens många olika konsistenser som vanligtvis fungerar att servera individen.
- Tex en person som har stora svårigheter att tugga, har försämrad tungmotorik och behöver helt slät konsistens kan enl IDDSI bli serverad kött/fisk/grönsaker i nivå 4, potatismos nivå 3, sås nivå 2.
- Enl konsistensguiden blir individen ordinerad timbalkonsistens där det finns information, recept och tips på produkter som kan serveras inom nivån.
- Kortfattat kan man beskriva de olika guiderna med att IDDSI utgår från livsmedel och Konsistensguiden utgår från grad av dysfagi.
- IDDSI nivåerna 0-1 räknas som dryck i Konsistensguiden.

IDDSI

Konsistensguiden

		KONSISTENS	BESKRIVNING	EXEMPEL
7		Hel och delad	Normal konsistens, eventuellt delad i mindre bitar.	Helt eller delat kött, hel fisk, fårs- eller korvrätter, grönsaker, potatis och sås. Färsk frukt eller konserverad frukt med vispad grädde eller glass.
EC 7		Grov paté	Luftig, mjuk och grovkornig, t ex saftig och mjuk köttfärslimpa. Lätt att dela med gaffel. Mer tuggmotstånd jämfört med timbal samt innehåller små bitar.	Grov köttpaté eller hel kokt fisk, grov grönsakspaté eller välkokta grönsaker, potatis hel eller pressad och sås. Delad konserverad frukt med vispad grädde eller glass.
6				
5				
4		Timbal	Mjuk, slät, kort och sammanhållande, t ex omelett. Kan ätas med gaffel eller sked. Måttlig grad av tuggmotstånd och homogen konsistens. Mer porös än grov paté.	Kött- eller fisktimbal, grönsaks-timbal/puré, potatismos eller pressad potatis och sås. Fruktfromage med vispad grädde eller glass.
		Gelé	Mjuk och hal mat, t ex vinbärsgelé. Kan ätas med gaffel eller sked. Dallrig och homogen. Smälter i munnen, till skillnad från grov paté och timbal.	Kall kött- eller fiskgelé, grönsaks-puré eller kall grönsaksgelé, potatismos och tjock sås. Fruktgelé med vispad grädde eller glass.
3		Tjockflytande	Slät och trögflytande, t ex gräddfil. Droppar från skeden. Kan ej ätas med gaffel. Krämigare än flytande.	Berikad tjockflytande kött-, fisk- eller grönsakssoppa med en klick av crème fraîche. Tjockflytande fruktsoppa med vispad grädde eller glass.
2		Flytande	Slät och rinnande, t ex tomatosoppa. Rinner av skeden. Kan ej ätas med gaffel. Mindre krämig jämfört med tjockflytande.	Berikad kött-, fisk- eller grönsakssoppa med en klick av crème fraîche. Fruktsoppa med vispad grädde eller glass.
1				
0		Dryck	Ge först en liten mängd vätska med tesked för att se om personen kan svälja vald konsistens utan att hosta. Var försiktig! De flesta personer med dysfagi behöver tjockflytande dryck t ex nyponsoppskonsistens. En del personer med dysfagi kan dricka kolsyrad dryck.	

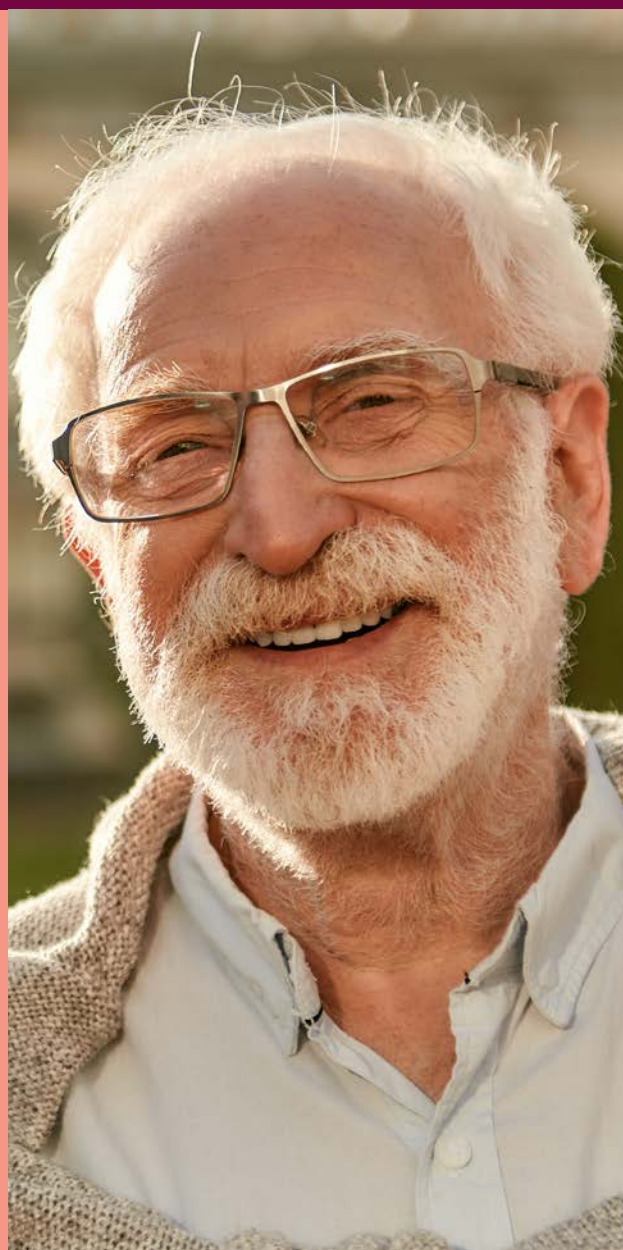
7

Vanlig konsistens

Vanlig mat som också kallas för normal eller hel konsistens

På denna nivå finns inga restriktioner för textur, konsistens eller viskositet.

En del personer med försvagad muskelstyrka i armar och händer kan behöva hjälp att dela t ex helt kött om det är hårt och segt men annars ingen anpassning alls.



7

Vanlig
konsistens

Kalkon- schnitzel

med rödvinssås

Tips på recept

Kycklingpytt – servera
med ägg och HP sås

Räkrêpe med grönsallad

Fylld sprödbakad fisk med
spenat- och palsternacksmos

Veggie och purjolökspaj



Scanna koden
för alla recept



Nötpanerad fisk med blomkålsmos



Recepttips

Tätörtsvägen Åhus - Åsa Persson,
Sanna Persson, Jennie Andersson

Nötpanerad fisk

2,5 dl hasselnötter, hackade*
2,5 solrosfrön, hackade
2 st ägg
Salt och peppar
1,5 kg Findus Kapkummel
1 dl smält smör el margarin

Hacka eller grovmixa nötter och frön. Vispa upp ägget, salta och peppra. Panera fisken först i ägg och sen i fröblandningen. Ringla smör eller margarin på fisken, då den kan brännas lätt. Stek på fisk-programmet (ljus) till rätt temperatur är uppnådd.

*Ni som ej får använda nötter i er verksamhet byt ut mot hackade pumpafrön.

10 portioner

Blomkålsmos

2 kg mjölig potatis
500 g Findus Blomkålspuré
Smör
Salt, peppar
Persilja

Koka potatisen tills den är mjuk. Mosa potatisen. Värm blomkålspurén och vispa i den i mos-blandningen till det blir lagom konsistens. Smaka av med smör, salt & peppar och dekorera med hackad persilja. Serveras rätten med Grön grönsaksblandning eller en sallad.

Tips från kocken!
Jenny Lindberg, Findus

När det smakar för mycket av:

Salt	addera sötma, hetta eller syra.
Fett	addera syra eller hetta.
Syrligt	addera fett eller sötma
Sött	addera hetta, syra eller beska.
Umami	sötma eller fett kan hjälpa.
Hetta	addera sötma, fett eller syra.
Beska	addera sötma, syra eller umami

**Lite syra i maten till exempel citron-/limesaft
eller vinäger framhäver andra smaker.**



Hel och delad konsistens

Lättuggad

Lätt anpassning av hel och delad konsistens

- Undvik mat som är hård, seg, klibbig, knaprig och med hård stekyta, kärnor, fröer, skinn och skal.
- Helt kött – måste vara mört, ersätt annars med grova patéer.
- Fisk – kokt, stekt eller lättpanerad.
- Korv – utan segt skinn.
- Grönsaker – undvik trådiga grönsaker och grönsaker med skal, t ex haricots verts & majs
- Bitstorleken är inte begränsad vid nivå 7 Lättuggad, därför kan bitar förekomma i olika storlekar och former. Maten ska däremot vara så pass mjuk att den kan delas med hjälp av kanten på gaffeln.





Lättpanerad fiskfilé
med potatis och limesås



Grov stekt fläskpaté
med potatis och löksås



Kummelfilé
med salsa verde, potatis-
mos och tomat sallad



Torskrygg
lättrimmad med hollandaise



**Grov
kycklingpaté**
i kycklinggryta

Servera med:

- Välkokta grönsaker
t ex morot, blomkål,
broccoli, rotfrukter
- Pizzasallad
- Isbergssallad
- Potatis alla former
- Ris
- Pasta
- Bulgur
- Couscous



Lättuggad

vegetariskt.



Veggie Bouletter

i krämig tomatsås

Ärtbiffar

med citronrostade morötter



Scanna koden
för alla recept



mellanmål.

American Pancake

med svartvinbärskvarg

Blåbärssoppa

med mandelbiskvier



Äpple- & päronpaj

med vispad grädde

6

Mjuk och delad i små bitar

I stort sett samma som nivå 7 Lättuggat men delad i bitar som max får vara 1,5 x 1,5 cm stora.

- Motsvarar Grov Paté i Konsistensguiden.
- Kan ätas med enbart gaffel eller sked
- Behöva inte bitas av eller delas ytterligare.
- Om gryta eller soppa serveras bör den flytande delen vara tjockflytande för att bitarna och soppan/såsen ska hålla ihop bättre.
- Kan mosas/delas med trycket av gaffel eller sked.
- Kniv behövs inte för att dela maten, men kan användas för att få upp mat på gaffel eller sked.
- Mjuk, mör och saftig mat där ingen tunn vätska rinner ut.
- Tuggning krävs innan sväljning.



6



Grov stekt fläskpaté

med potatis och löksås



Samma rätt serverad som nivå 7 EC. Det går att ofta att servera visuellt liknande tallrikar även om konsistenserna är olika.

Produkttips från Findus!

- **Grova patéer**
- **Köksmästarblandning**
- **Ärter**
- **Fiskfiléer**
- **Lättpanerad fisk**



Fiskgratäng med blomkål & broccoli

6

**Mjuk & delad
i små bitar**

Tips på fler recept

Grov oxpaté, potatismos & lingon
Grov kycklingpaté med dragonsås
Höstgul fisksoppa
Örtkryddad köttfärsoppa
Laxterrinn med blomkålsmousse
Jordärtskockscheescake med topping



Scanna koden
för alla recept

Laxterrinn med krämig sparrissås



Broccoli & sparrissoppa



Tips från kocken! Jenny Lindberg, Findus

Kött ska vara väl tillagat och
mört servera annars grov paté
Fisk lätt stekt/panerad eller kokt
Korv utan skinn
Grönsaker – välkokta, ej trådiga
som haricots verts mm

5

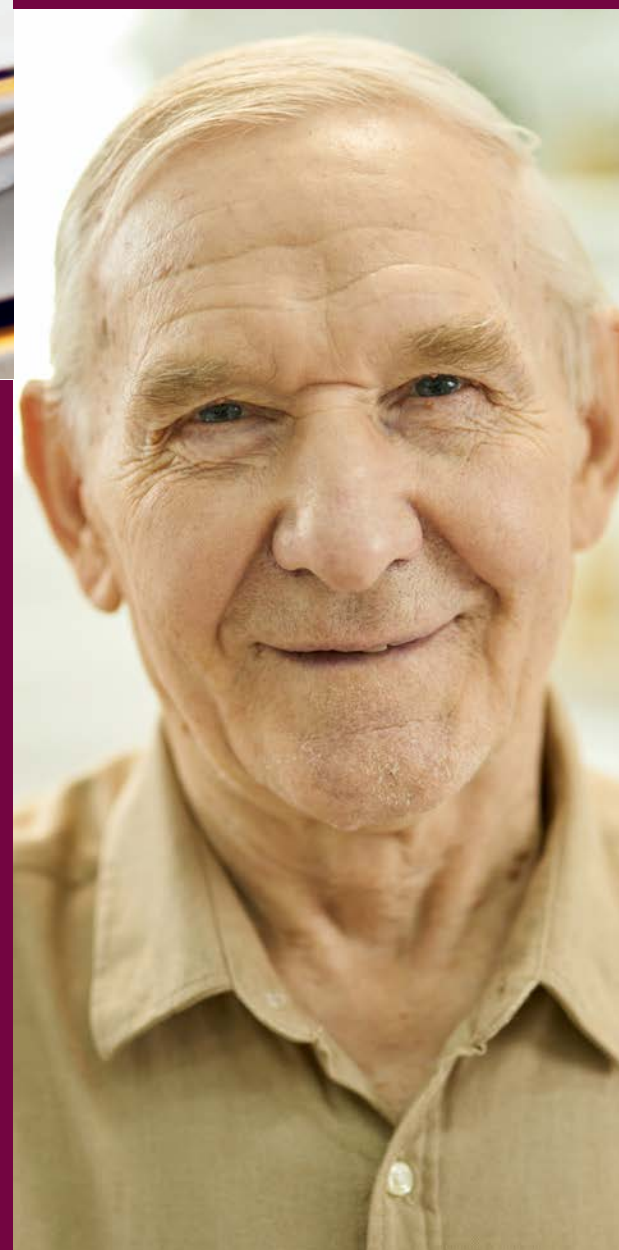
Grovmalen & saftig

Tips på recept

Fisk och skaldjursterin
Grov skinkpaté med lingonsås
och grov röd grönsakspaté
Köttfärsgratäng med blom-
kålsmos och välkokt broccoli
Blåbärszebra med grädde
Burgundisk köttgryta
Sparrissoppa
Falafel på spett med
majssoppa
Crêpe med räkfyllning
Laxkupol med morotssås
Päron och mintmousse med
choklad

Skillnad från nivå 6 – inget helt kött utan färs

- Motsvarar Grov Paté i Konsistensguiden.
- Bitar i maten får vara max 4 mm x 15 mm.
- Kan ätas med gaffel eller sked.
- Kan skopas eller formas på en tallrik (ex till en boll).
- Mjuk och saftig mat där ingen tunn vätska rinner ut.
- Klumparna ska vara enkla att mosa med tunga.
- Grova patéer kan ersätta helt kött.
- Kokt fisk - kan sönderdelas med gaffel.
- Grönsaker – välkokta i små bitar eller som att går att mosa med gaffel om går att mosa t ex kokt blomkål och kokt broccoli.



4

Timbal

**Helt slät konsistens,
inga klumpar får
förekomma.**

- Maten måste vara helt slät. Klumpar, små bitar eller partiklar får ej förekomma.
- Får ej vara klibbig eller klistrig
- Maten kan vara formad och sammanhängande t ex färdiga timbal
- Kräver ingen tuggning utan kan mosas med hjälp av tungan och tänderna
- Kan ätas, mosas och delas med gaffel eller sked.
- Konsistensen kan liknas vid en fast omelett.



4

Timbal

Spenat och laxpaj

Cheddarbakad sej

med pepparkokta rotfrukter & dillsky i timbalkonsistens



Recepttips

Peter Andersson Köksansvarig
MatOmsorg Borgvalla

10 portioner

Tips på fler fiskrecept

Pocherad fisktimbal med
vitvinssås och ärttimbal



Scanna koden
för alla recept

Krämig laxmousse på timbaltoast



Sej

500 g Findus Torskpuré
10 ägg eller 5 dl helägg
80 g cheedarostcreme
5 msk Thick and Easy
1 msk fiskbuljong pulver
Blanda alla ingredienser och häll upp i smorda portionsformar (helst fiskfilé formade). Baka av i 105° kombivärme i 20-25 min. Utan lock. Vid uppvärmning bred ca 1 msk cheedarostcreme på fisktimbalen.

Pepparkokta rotfrukter

Pepparbuljong
Koka upp 4 dl vatten med 1 msk grönsaksbuljongpulver, 5 vitpepparkorn, 5 svartpepparkorn, 5 kryddpepparkorn och 1 medelstor grov hackad gul lök. Låt sjuda i 10 min. Sila av lök och kryddor, låt buljongen svalna.

Morotstimbal
200 g Findus Morotspuré
5 ägg eller 2,5 dl helägg
2 msk Thick and Easy
1 dl pepparbuljong
Blanda och häll upp i smorda portionsformar.
Baka av på 105° kombivärme i 20 -25 min, utan lock

Palsternackstimbal
200 g Findus Palsternackspuré
5 ägg eller 2,5 dl helägg
2 msk Thick and Easy
1 dl pepparbuljong
Blanda och häll upp i portionsformar.
Baka av på 105° kombivärme i 20 -25 min, utan lock

Rotselleripuré
200 g Findus Selleripuré
5 ägg eller 2,5 dl helägg
2 msk Thick and Easy
1 dl pepparbuljong
Blanda och häll upp i smorda portionsformar.
Baka av på 105° kombivärme i 20 -25 min, utan lock

Dillsky

1 liter fiskbuljong
Resten av pepparbuljongen
2 dl vispgrädde
1-1½ msk torkad dill
Ca ½ dl majsstärkelse utrörd i lite vatten
Koka upp buljongen, tillsätt grädden, torkad dill och red av med majsstärkelsen till en lagom simmig konsistens.
Låt koka 5 min. Smaka av med salt och peppar.

Servera fisktimbalen med de tre olika
rotfruktstimbalerna och häll på dillsky.

4

Timbal

Kreolsk gryta

med skink- & korvtimbal



Recepttips

Tubberödshus kök & restaurang
Ingela Brännehed & Ewelina
Hermansson

10 portioner

1,5 msk smör
2 msk köttfond
8 dl grädde
1 tsk salt
0,5 tsk vitpeppar
1 tsk paprikapulver
0,5 tsk paprika smoked
4 tsk mejram, finmald

1,5 msk majsstärkelse
1,25 dl spad från ättiksgurka
0,75 dl spad från syltlök
10 st Findus Skinktimbal
8 st Findus Korvtimbal
30 st Findus Majstimbal
30 st Findus Tomattimbal
1,5 kg Potatis

Smält smöret, tillsätt fond, grädde och koka ihop. Tillsätt kryddorna, mejram och paprikapulver. Rör ut majsstärkelse med gurk- och syltlöksspadet. Rör sedan ner blandningen sakta i såsen. Smaka av med salt och peppar. Dela timbalerna och rör ner i såsen. Koka potatis, pressa den och servera tillsammans med Kreolska grytan.



Pytt på korv och falafel

Tips på fler recept

Korvgryta med potatismos
Tricoloretimbal



Scanna koden
för alla recept

Produkttips från Findus!

- **Timbaler**
- **Thick & Easy**
- **Berikning Majsvälling**

Pizza



4

Timbal

Söt klappkräm med hallon

Tips på fler recept

Mangofromage

Pannkaksplätt med smak av kanelbulle

Choklad och hallonkaka med hallonsås och vaniljklick



Scanna koden för alla recept



Sött & Gott som timbal



Recepttips

Emelie Rosén
kock på Vita Sand i Bromölla

Tips från kocken!
Jenny Lindberg, Findus

Blanda gärna vispad grädde och kvarg för att öka proteininnehållet i rätten.

Morotskaka på brödtimbal



Rulltårta

1 l Findus Omelett- och timbalbas
4 dl strösocker
2,5 dl vetemjöl
2 msk bakpulver
2 tsk mald kardemumma

Smörkräm

300 g rumsvarmt smör
400 g florsocker

1 dl rumsvarm slät hallonsylt

Blanda tinad omelett- och timbalbas med övriga ingredienser. Lägg en silpatmatta i ett bleck och häll i smeten. Grädda i 100 grader i

100% ånga i ca 20 min. Ta ut och låt svalna.

Vispa ingredienserna till smörkrämen. Blanda smörkräm med slät hallonsylt och bred på timbalbotten och rulla ihop. Skär i bitar.

Kanelbulle

Gör enligt rulltårtsreceptet till vänster, ersätt hallonsylt med 2 tsk kanel.

Tips! Smörkramen kan även bredas direkt på pannkaksplätt, timbal för en snabblagad kanelbulle.

Hallongrotta

20 st Findus Pannkaksplätt, timbal.
100 g Findus hallonpuré
½ dl Florsocker
2 msk Thick & Easy

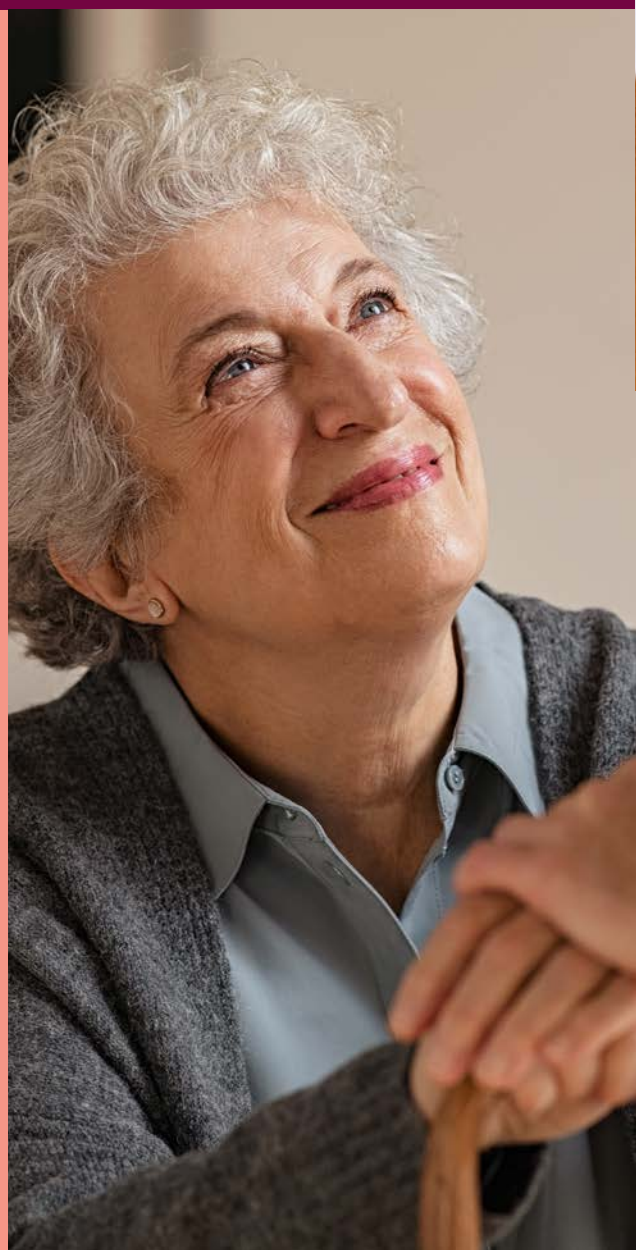
Blanda ingredienserna till sylten och förtjocka med Thick & Easy. Låt stå i ca 10 min. Stansa ett hål i den ena pannkakan, bred sylten över den andra och lägg på "locket".

3

Trögflytande

Konsistensen är helt slät. Bitar och partiklar får inte förekomma.

- Motsvarar Tjockflytande i Konsistensguiden.
- Kan drickas ur ett glas.
- Kan ätas med sked
- Kan inte spritsas, läggas i lager eller formas på en tallrik eftersom den inte behåller sin form.
- Kan inte ätas med gaffel eftersom den sakta droppar mellan spetsarna.
- Kräver ingen tuggning eller bearbetning i munnen utan kan sväljas direkt.
- Len konsistens utan "bitar" (klumpar, fibrer, bitar av skal och skinn, brosk eller ben)
- Ex som gräddfil eller krämig grekisk yoghurt i konsistensen.



Tips på recept

Sparrissoppa med
creme fraiche
Broccolisoppa
Potatispuré
Blåbärskrä



Scanna koden
för alla recept



**Hallonswish med
mandelgrädde**

2

Lätt Trögflytande

- Motsvarar Flytande i Konsistensguiden.
- Kan drickas ur ett glas.
- Kan ätas med sked, men rinner snabbt av om den vippas.
- Lätt ansträngning krävs för att dricka denna konsistens genom ett standardsugrör (5,3 mm I diameter).
- Kan inte spritsas, läggas i lager eller formas på en tallrik eftersom den inte behåller sin form.
- Kan inte ätas med gaffel eftersom den sakta droppar mellan spetsarna.
- Kräver ingen tuggning eller bearbetning i munnen utan kan sväljas direkt.
- Len konsistens utan bitar eller klumpar.
- Ex Filmjölskonsistens.



Choklad & vaniljdryck

Tips på recept

Fullkornsvälling/ smaksatt med puré
Jordgubbssmootie
Nougatkräm
Fruktgelé

Använd Thick & Easy eller redning för att hamna på rätt nivå gällande konsistensen. Basen kan vara den samma.

1

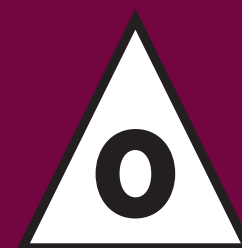
Mycket lätt Trögflytande

- Motsvarar Dryck i Konsistensguiden.
- Helt slät konsistens, inga klumpar eller små bitar för förekomma.
- Kan drickas ur glas, med sugrör eller ätas med sked.
- Konsistensen är lite tjockare än vatten.
- Kräver lite mer ansträngning att dricka än tunnflytande (IDDSI 0).
- Rinner genom sugrör, spruta och napp.

Tips på recept

Koladrink
Äggtoddy med kardemumma
Café au lait eller Choko au lait
Majsvälling

Använd Thick & Easy eller redning för att hamna på rätt nivå gällande konsistensen. Basen kan vara den samma.



Tunnflytande

- Motsvarar Dryck i Konsistensguiden.
- Tunn slät dryck
- Ex vatten, buljong, äppeljuice, läsk, öl

Produkter

7

96008372 Fisk med mandel, portion, MSC
96014938 Fish'n Chips Roll, MSC, 60g
96010389 Minifrasbakad torsk, MSC, glutenfri
96011253 Fylld Rödspätta, MSC, Ost & Broccoli
96013256 Fylld Sprödbakad fisk med Spenatsås
96012785 Kalkonschnitzel, panerad, stekt
96012674 Svensk Rågruta
96008144 Grön grönsaksblandning
96008240 Klostergrönsaker
96008155 Tricolormix med vaxbönor
96009332 Wokgrönsaker
96008190 Solgul Ratatouille
96009339 Wokgrönsaker Thai
96008179 Majs
96008257 Romanabönor
96008413 Bönmix
96011203 Salladsgrönsaker med sojaböna
96012780 Vaxbönor
96008656 Sojabönor

EC
7

Samtliga produkter inom 7A kan även serveras som nivå 6 om de delas i bitar som är max 1,5x1,5 cm. De flesta inom 7A kan även serveras ner till IDDSI nivå 5 som t ex kokt fisk och välkockta grönsaker som kan mosas med en gaffel.

96011229 Rödbeta Robust
96013798 Rödbeta Robust, ekologisk
96008187 Broccolibuketter
96008343 Fisk med apelsin- o citronsalsa, port, MSC
96008327 Fisk Bordelaise m ek topp, MSC, portion
96010362 Frasbakad fisk, MSC, glutenfri
96012505 Fiskpinnar Glutenfria 30g MSC
96010325 Skeppartorsk, MSC
96011258 Lättpanerad fiskfilé, MSC 100-130g
96011518 Hoki filé, MSC
96011222 Hoki MSC Dinner Cuts - ryggfilé
96013150 Hoki filébit, MSC
96011196 Ryggfilé av sej, MSC
96015088 Ryggbitsfilé av torsk, MSC
96011191 Kapkummel, MSC, portionsbit
96009497 Kycklingpytt
96013088 Veggie Boulette 15g
96012775 Veggie Korv 42g
96013211 Veggie Färs
96012776 Veggie Korv, liten 25g
96012361 Rödbetsbiff, vegan
96012359 Selleristick, vegan
96012336 Broccolimedaljong
96012364 Greenburger, vegan
96012334 Falafel, vegan - kikärtsbullar
96012362 Palsternacks- och grönkålsbiff
96012478 Ärtbiff
96012366 Grönsaksbullar
96014820 Morotsbiff
96016234 Spenatpinnar 28g
96016583 Grönsakspinnar 28g
96013319 Vegobullar 20g
96017024 Veganska bitar Chicken Style
96012957 Pannkakor, Husets, dubbelvikta
96012961 Pannkakor, Husets, enkelvikta
96012962 Skånsk Äggakaka m rökt fläsk
96012886 Ugns pannkaka
96012943 Raggmunk, enkelvikt
96013190 Crêpes med färskost
96012945 Köttfärs crêpes

6

6

5

96012946 Champinjoncrêpes
96012968 Crêpespannkakor
96013062 Pannkakor, dubbelvikta, ekologiska
96013083 Raggmunk, enkelvikt, ekologisk
96013108 Räkcrêpes
96011228 Pannkakor, ekologiska
96012969 American pancake
96012970 Pannkakor, tunna
96008226 Bearnaisesås, ger 4,2 lit
96012651 Svensk Källarfranska, 46x44 g
96012661 Svensk Tekaka, 30x65 g
96013024 Pizzabotten, glutenfri, 28,5 cm
96012715 Svensk Mandellängd
96012792 Svensk Kanelnäck, 40x70 g
96012804 Svenska Kardemummabullar, 60x35 g
96011823 Kanelbullar, Svenska, 60x35 g
96012606 Kanelbulle, singelpackad 60x35 g
96012671 Hallongömma
96011824 Smördeg, 260x170x5 mm
96012636 Svensk Pizzabotten Gastronorm
96012625 Pajskal, stort, diam 25 cm
96012672 Pajskal, litet, diam 15 cm
96012721 Pajskal Fiber, stort diam 25 cm
96012797 Pajskalsplattor, halvgastronorm
96012800 Ostpaj, mini
96008153 Grytrotfrukter
96008182 Romanescosymfoni
96013227 Ärtor och tärn morötter
96008243 Sommargrönsaker
96008145 Köksmästarblandning
96008189 Broccoli och gul morot
96008172 Spanska grillgrönsaker
96013188 Morotsmix Robust
96011221 Äppelklyftor

96013213 Rotfruktsstrimlor
96013228 Bladspenat
96013230 Ärtor små Petits pois
96008251 Grönkål
96013231 Ärtor
96012827 Purjolök finskuren
96013165 Ärtor, ekologiska

96012386 Grov grönsakspuré
96008752 Grov stekt fläsk paté
96008743 Grov Skinkpaté med röksmak
96008723 Grov Oxpaté
96008719 Grov Kycklingpaté
96008744 Grov Skinkpaté, stekt
96008751 Grov Röd grönsakspaté

Alla Grova Patéer kan serveras inom nivåerna 6 och 5. På nivå 6 delas de i bitar och på nivå 5 kan de mosas med en gaffel.

Produkter ovan som är tilläckligt mjuka, och välkockta för att kunna mosas fint med en gaffel.

4

Samtliga timbaler är mjuka och helt släta. Dessa kan om det behövs mosas med en gaffel eller sked för att underlätta ätandet ytterligare.

96008669 Järptimbal med kalvkött
96008581 Oxtimbal
96008568 Skinktimbal, med röksmak
96008623 Färsbullstimbal
96008495 Kycklingtimbal
96008489 Torsktimbal
96016179 Fisk- köttimbaler, sortimentslåda MSC/ASC
96008716 Skinktimbal, stekt
96015514 Lax- och fisktimbal MSC/ASC
96015515 Laxtimbal, med röksmak ASC
96008680 Stekt fläsk timbal
96008470 Korvtimbal 25g
96008622 Timbalgrytbitar, oxkött
96008717 Timbalgrytbitar, kyckling
96016820 Korvtimbal, chorizo 25g
96008627 Ärttimbal
96008515 Morotstimbal
96008603 Broccolitimbal
96008701 Majstimbal
96008538 Blandad grönsakstimbal
96008668 Blomkålstimbal
96008653 Grönsakstimbaler, sortimentslåda
96008708 Grön Böntimbal
96008771 Tomattimbal
96008641 Ristimbal
96008667 Pannkakspätt, timbal
96008767 Brödtimbal
96016938 Falafeltimbal 12g

3

Konsistensen på våra gönsakspuréer och frukt-puréer kan variera mellan olika säsonger då naturligt vatteninnehåll och stärkelse ändras beroende på råvarornas mognad. Puréer serveras dock aldrig som ren råvara utan brukar blandas med andra råvaror för att göra olika rätter, t ex smoothie, soppor, såser m m. Puréerna kan göras tunnare genom att spädas med vätska eller förtjockas med T&E eller redning.

96012413 Fisk- och räkpuré MSC
96012420 Torskpuré MSC
96008183 Oxpuré
96012401 Kycklingpuré
96008588 Kalvpuré
96008186 Skinkpuré
96014860 Lax- och fiskpuré ASC/ASC
96008363 Grön sparrispuré
96012414 Broccolipuré
96008274 Majspuré
96008227 Ärtpuré
96008499 Bönpuré
96012419 Palsternackspuré
96012429 Jordärtskockspuré
96014861 Spenatpuré
96012399 Aprikospuré
96008536 Ananaspuré
96008225 Mangopuré
96008415 Omelett- och timbalbas

2

96008414 Blomkålspuré
96012431 Selleripuré
96012411 Morotspuré
96012409 Morotspuré, ekologisk
96008535 Exotisk fruktpuré
96012384 Blåbärspuré
96012397 Jordgubbspuré
96008715 Päronpuré
96008702 Sopp- och såsbas, berikad

1

96012400 Svart vinbärspuré
96012417 Hallonpuré

Produkter som är bra att ha hemma

Underlättar tillagning av samtliga måltider inom alla konsistenser



Berikning majsvälling (96013897)

Ett lättlösligt berikningspulver som innehåller extra energi, protein, fett, kolhydrater, mineraler och vitaminer. Passar utmärkt till de som äter lite mindre portioner, men behöver ett tillskott av näring. Fungerar i kalla och varma drycker, soppor, såser, potatismos och andra rätter. Den kan användas både som berikning och som välling.



Thick & Easy (96012898)

Ett lättlösligt förtjocknings-medel utan smak i pulverform. Oavsett om du lagar en varm middag med såser, en soppa eller bara vill att en dryck ska tjockna till. Pulvret förtjockar både kallt och varmt utan att det behöver värmas upp och påverkar inte smaken alls. Används även till smörgåsar, kakor, kex och liknande för de som behöver lättuggad mat. Speciellt framtaget för personer med ät- och sväljsvårigheter.



Sopp- och såsbas, berikad (96008702)

En bra grund för enkel och snabb tillagning, särskilt bra till såser och soppor. Sopp-och såsbasen är protein-, mineral- och vitaminberikad. Kommer i praktiska lösfrysta bitar.



Omelett- och timbalbas (96008415)

En färdigblandad och okryddad bas perfekt till timbaler. Blanda med puréer, addera kryddor som passar och tillaga. Lösfrysta bitar för att enkelt kunna ta så mycket som behövs.



Utbildning i konsistensanpassade måltider

webbaserad

Findus Special Foods Academy erbjuder 2 olika webbaserade utbildningar inom konsistensanpassade måltider. En för kökspersonal och en för vårdpersonal. Utbildningarna går igenom grunderna för dysfagi samt vilken konsistens som ska serveras beroende på problematik och symptom.

Vi ger värdefulla tips och idéer för att tillaga och servera en varierad, näringsriktig och aptitlig måltid oavsett konsistens. Utbildningen består av 5 olika kapitel och tar ca 1 timme att genomföra. Målet efter genomförd utbildning är att kursdeltagarna ska kunna tillhandahålla trygga, säkra och inbjudande måltider till personer med tugg- och sväljsvårigheter.

Utbildningarna är kostnadsfria för våra kunder som har ett brett utbud av Findus puréer och timbaler upphandlade på anbudet.

Vill du veta mer, kontakta din lokala säljare från Findus.
Mer information hittar du på www.specialfoods.se

