



**VFN PRAHA**  
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ  
NEMOCNICE

# **PŘÍPRAVA STRAVY V MODIFIKOVANÉ KONZISTENCI HUSTÉHO PYRÉ**

(STUPEŇ 4 DLE IDDSI)

Růžičková L., Slivoně P., Slavík J.





**VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ  
NEMOCNICE V PRAZE**



Připraveno ve spolupráci Všeobecné fakultní nemocnice v Praze a f. Dr. Oetker

Mgr. Růžičková Lucie – vedoucí nutriční terapeutka VFN v Praze

Slivoně Petr – šéfkuchař VFN v Praze

Slavík Jan – šéfkuchař/prezentér Dr. Oetker

Odborný recenzent – doc. MUDr. František Novák, Ph.D.

Publikace byla vydána za odborné garance Společnosti klinické výživy a intenzivní metabolické péče České společnosti Jana Evangelisty Purkyně, z. s. (SKVIMP ČLS JEP), a České asociace nutričních terapeutů, z. s. (ČANT)



**TAKTO NE,  
CHCEME NĚCO  
LEPŠÍHO!**



## ÚVOD

Potíže s kousáním, žvýkáním a polykáním (dysfagie) přináší mnoho omezení, což často znamená nutnost změny stravovacích zvyklostí, omezení ve výběru potravin a s tím i spojené snížení pestrosti jídelníčku. Podnětem k vypracování systému stravování pro jedince s dysfagií bylo Metodické doporučení pro zajištění stravy a nutriční péče, které bylo vydáno ve Věstníku Ministerstva zdravotnictví č. 10 v roce 2020. Dokument po mnoha letech nově definuje způsob stravování a nutriční péče u hospitalizovaných a představuje návod pro poskytovatele lůžkové zdravotní péče.

Bezpečnost polykání je zajištěna, nejlépe ve spolupráci s klinickým logopedem, pomocí indikace diety s úpravou konzistence stravy ve stupnici značení dle mezinárodního standardu IDDSI (International Dysphagia Diet Standardisation Initiative). Mezi nejvyužívanější typy modifikované stravy podle této klasifikace patří mixovaná dieta v konzistenci hustého pyrė, **stupeň 4 dle IDDSI**, u které je kladen velký důraz nejen na mechanické zpracování jídla, ale i na senzorické a chuťové vnímání konzumenta.

Tato publikace přináší jednoduchý návod, jak připravit měkkou stravu usnadňující polykání zcela bez potřeby kousání nebo žvýkání. Jednotlivé komponenty pokrmu jsou servírovány na talíř zvlášt' s důrazem na barevnou i tvarovou estetičnost a vyniknutí vůně i chuti jednotlivých částí. Do většiny jídel je nezbytné přidávat speciální zahušťovadlo Bindemittel Plus, díky němuž strava drží tvar a po vložení do úst se lehce rozplývá. Recepty jsou na přípravu jednoduché a časově nenáročné. Využívají se potraviny běžně dostupné, které nejsou finančně náročné, jak pro jednotlivce v domácnosti, tak i pro zařízení, která stravu při poruchách polykání poskytují. K přípravě stravy je možné ve vhodných případech využívat i potraviny, které byly prvotně použity pro přípravu vývaru, např. zeleninu nebo maso, čímž se chováme v souladu s principy udržitelnosti. S ohledem na tento postup je nutné respektovat všechna hygienická a bezpečnostní pravidla.

Věříme, že náš receptář pomůže ke zkvalitnění života těch, kteří musí dočasně nebo dlouhodobě dodržovat speciální úpravu stravy, zpřijemní jim požitek z jídla a pomůže snížit riziko podvýživy.

Mgr. Lucie Růžičková

## NEJDŮLEŽITĚJŠÍ ZÁSADY PRO PŘÍPRAVU STRAVY

- Konzistence stravy nevyžaduje žvýkání, neobsahuje hrudky ani vlákna, není lepivá.
- Strava se konzumuje lžící nebo vidličkou, drží tvar a neukapává.
- Jednotlivé komponenty pokrmu jsou hladké a podávají se zvlášť pohledně tvarované.
- Esteticky upravená a přirozeně barevná strava je chutná a má lákavou vůni.
- Správná konzistence se u řídkých pokrmů připravuje pomocí zahušťovadla Bindemittel Plus.
- Přidané tekutiny se po rozmixování stravy nesmí oddělovat od pevné složky.
- Potravinu se očišťují od slupek, chrupavek, kůže, semínek nebo zrníček a při tepelné úpravě nesmí vzniknout kůrka.
- Pokud není pokrm zcela hladký, musí se přecedit přes jemné síto.
- Správnou hustotu jídla lze prověřit pomocí lžice: jídlo na ní musí držet tvar.
- Pacienti, jejichž stav vyžaduje úpravu stravy v konzistenci hustého pyré, resp. příjem velmi zahuštěných tekutin ve stupni 4 dle IDDSI, jsou v riziku malnutrice a dehydratace!

## BINDEMITELL PLUS ZAHUŠŤOVADLO

- Zahušťovadlo je instantní prášek vhodný pro individuální zahuštění tekutin a potravin;
- velmi snadno se dávákuje;
- je složeno z modifikovaného bramborového škrobu;
- obsahuje 92 % využitelných sacharidů;
- je bez chuti a jeho použití nezmění chuť jídla ani nápojů;
- usnadňuje polykání;
- je snadno rozpustné a nehrudkuje;
- stáním dále nehoustne;
- ze zahuštěných jídel a nápojů se při stání neodděluje voda;
- má univerzální použití v teplé a studené kuchyni;
- vázaná tekutina se uvolňuje ve střevě a je po vstřebání k dispozici buňkám těla;
- neobsahuje tuk, a proto je vhodné pro různé druhy diet;
- umožňuje různé druhy konzistence, od mírného zahuštění až po husté pyré;
- je možné ho použít i pro zahuštění běžně připravovaných jídel, jako jsou omáčky, masové šťávy, ovocné a zeleninové pyré, polévky, pomazánky a další pokrmy;
- má poměrně dlouhou trvanlivost – 720 dní od výroby;
- nutriční hodnoty ve 100 g: 368 kcal, 1565 kJ, 0,1 g bílkovin, 0 g tuků, 92 g sacharidů.



## DOPORUČENÉ POMŮCKY PRO PŘÍPRAVU STRAVY

- Blixer – speciální stolní kutr kombinuje funkci mixéru a kutru a díky speciálnímu noži a stěrkám umožňuje dokonalé rozmělnění surovin, případně typ vybavený regulovaným ohřevem, např. Thermomix;
- silikonové formy, např. tvar na muffin nebo lépe speciální a k tomuto účelu vyrobené formy na dietu v konzistenci hustého pyré (angl. puree food molds);
- jemné síto;
- metla;
- naběračka na zmrzlinu;
- cukrářský sáček se zdobící trubičkou;
- šoker – šokový zchlazovač a zmrazovač pro uchování vyrobených jídel;
- vakuová balička potravin a vakuovací fólie;
- konvektomat;
- ohřívací skříně.





## PŘÍPRAVA A REGENERACE STRAVY

- **Maso a zelenina** připravené podle receptů se vloží do silikonových forem a šokově zmrazí v šokeru.
- Po šokovém zmrazení lze pokrmy z forem vyklopit a uchovávat vakuované v mrazicím boxu.
- **Zmrazená zelenina a maso** se vkládají na talíř zvlášť a regenerují v předeřhátém konvektomatu v režimu pečení s párou při teplotě 120 °C a 20% pára po dobu 15 minut. Pokrm musí být regenerovaný v celém svém objemu. Poté se přidá příloha, popř. masová šťáva nebo omáčka.
- V případě, že připravujeme **větší množství porcí** a výdej nedovolí regeneraci na talířích, lze jednotlivé pokrmy připravit podle receptů čerstvé bez vkládání do silikonových forem a následného šokového zmrazení. V tomto případě regenerujeme celé množství masa nebo zeleniny v konvektomatu, udržujeme ve vodní lázni a následně porcujeme naběračkou na zmrzlinu. Důležitá je důsledná kontrola vydávaného pokrmu, aby nedošlo k vysychání a netvořily se oschlé okraje a škráloupy.
- **Přílohy** se připravují čerstvé a na talíř se mohou porcovat pomocí dvou polévkových lžic, cukrářského sáčku se zdobící trubičkou nebo naběračkou na zmrzlinu.
- **Rýžové a těstovinové pyré** je vhodné podávat zvlášť v misce a polít je masovou šťávou pro zlepšení mírně škrobové chuti.
- **Přílohy** je možné polévat hustou masovou šťávou nebo máslem, které se před konzumací do přílohy zamíchá.
- **Houskové a bramborové knedlíky** nejsou v podobě pyré příliš chutné. Proto je možné nahradit houskový knedlík těstovinovým pyré a bramborový knedlík bramborovým pyré.
- Pokud se k pokrmu podává **omáčka** nebo **masová šťáva**, která je příliš řídká, musí být rovněž zahuštěná zahušťovadlem.
- **Obilné kaše** se připravují čerstvé, nejlépe instantní. Ovocný rozvar, ovocné pyré nebo kakao s cukrem se před podáním vmíchává do kaše. Kaše musí být zcela hladká, bez kousků.
- **Polévky** se podávají mixované, zcela hladké a bez kousků, např. zeleninové krémy se smetanou a zahušťovadlem. Polévky se zpravidla upravují do konzistence jemného pyré, stupeň 3 dle IDDSI, s ohledem na polykací schopnosti pacienta a nejlépe po vyjádření klinického logopeda.
- **Každé jídlo se dobře ochucuje**, a pokud není potřeba dodržovat jiná dietní omezení, může být i lehce pikantní.
- Pro navýšení obsahu energie je možné do příloh přidávat smetanu ke šlehání, kondenzované mléko, sušené mléko, máslo nebo sýr s vyšším obsahem tuku v sušině.

## PRAVIDLA PRO SESTAVENÍ JÍDELNÍHO LÍSTKU

- Skladba jídelníčku by měla být pestrá a nutričně vyvážená.
- K sestavení obědů a večeří je vhodné jednotlivé části kombinovat z nabídky receptů masa, zeleniny a přílohy. Pokud se k jídlu podává omáčka, je možné vynechat zeleninu.
- Na snídani je vhodné podávat čerstvé obilné kaše.
- Na přesnídávky, odpolední svačiny a druhé večeře je možné podávat bílý jogurt, ovocný jogurt bez kousků a zrníček, tvarohové dezerty (např. Lipánek nebo Tvaroháček), ovocné pyré bez zrníček, čerstvý měkký sýr typu Lučina, termizovaný smetanový sýr nebo hladké rozmixované pomazánky s přidáním zahušťovadla.
- Při poruchách polykání je většinou snížena schopnost konzumace velkého množství jídla najednou, proto je vhodné stravu rozdělit do více denních porcí. Množství denních porcí se určuje podle skutečných schopností pacientů přijímat stravu.
- Objem příloh je doporučeno upravit podle individuální míry tolerance.
- Pokud není nutriční potřeba z hlediska příjmu energie a jednotlivých živin dostatečně pokryta dietou, lze individuálně příjem doplnit orálními nutričními doplňky ve formě potravin pro zvláštní lékařské účely (PZLÚ) v krémové konzistenci, která odpovídá stupni 4 dle IDDSI, viz výše, popř. kombinovat se sondovou enterální výživou.

## PŘÍKLAD JÍDELNÍHO LÍSTKU

### Snídaně:

Instantní obilná kaše se smetanou a hruškovým pyré.

### Oběd:

Pórkový krém se smetanou. Pyré z vepřového masa. Těstovinové pyré.

Pyré z červeného zelí. Šťáva z vepřového masa.

### Svačina:

Lipánek.

### Večeře:

Pyré z rybího filé. Bramborové pyré. Máslo. Pyré ze zelených fazolek.





# RECEPTY

---

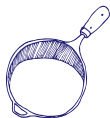
Recepty obsahují ilustrační foto – pro názornost byla jídla doplněna základní surovinou nebo přízdobou.

# PYRÉ Z HOVĚZÍHO MASA



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,600 kg hovězí kýty – hmotnost masa je počítána po tepelné úpravě      0,400 l masového vývaru  
0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla      Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Vařené hovězí maso nakrájíme na větší kousky\*, které spolu s vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1,5 minuty v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Masovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* můžeme použít drobné odřezky zbylé z krájení masa na jednotlivé porce ze standardní výroby

**Nutriční hodnoty:** 160 kcal, 669 kJ, 21 g bílkovin, 7 g tuků, 3 g sacharidů

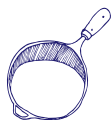
# PYRÉ Z VEPŘOVÉHO MASA



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,600 kg vepřové kýty – hmotnost masa  
je počítána po tepelné úpravě  
0,400 l masového vývaru

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Vařené vepřové maso nakrájíme na větší kousky\*, které spolu s vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme. Mixujeme přibližně 1,5 minuty v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Masovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat se předehřeje v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* můžeme použít drobné odřezky zbylé z krájení masa na jednotlivé porce ze standardní výroby

**Nutriční hodnoty:** 199 kcal, 827 kJ, 19 g bílkovin, 12 g tuků, 3 g sacharidů

# PYRÉ Z KUŘECÍHO MASA



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,600 kg kuřecích stehen – hmotnost masa je počítána po tepelné úpravě, bez kostí a kůže  
0,400 l kuřecího vývaru

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl  
Červená sladká paprika



## POSTUP PŘÍPRAVY

Vařená nebo pečená kuřecí stehna zbavíme kostí a kůže.\* Obrané maso spolu s vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1,5 minuty v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Formičky zlehka vysypeme červenou paprikou. Masovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



## REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříně.

\* můžeme použít pečená nebo vařená kuřecí stehna ze standardní výroby

**Nutriční hodnoty:** 152 kcal, 635 kJ, 26 g bílkovin, 4 g tuků, 4 g sacharidů



# PYRÉ Z KRŮTÍHO MASA



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,600 kg krůtích prsou bez kůže –  
hmotnost masa je počítána po tepelné  
úpravě  
0,400 l kuřecího vývaru

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl  
Červená sladká paprika



## POSTUP PŘÍPRAVY

Vařené krůtí maso nakrájíme na větší kousky\*, které spolu s vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme. Mixujeme přibližně 1,5 minuty v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Formičky zlehka vysypeme červenou paprikou. Masovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



## REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříně.

\* můžeme použít drobné odřezky zbylé z krájení masa na jednotlivé porce ze standardní výroby

**Nutriční hodnoty:** 122 kcal, 510 kJ, 23 g bílkovin, 2 g tuků, 3 g sacharidů

# PYRÉ Z RYBÍHO FILÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,600 kg rybího filé – hmotnost masa je počítána po tepelné úpravě  
0,150 kg mrkve

0,200 l rybího vývaru  
0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Rybí filé vaříme v páře při teplotě 100 °C po dobu 15–20 minut. Mrkev uvaříme zvlášť. Do vroucí osolené vody vložíme očištěnou a na větší kousky nakrájenou mrkev a vaříme doměkka, cca 20 minut v závislosti na velikosti kousků. Po uvaření mrkev scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Připravené maso spolu s mrkví a vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1,5 minuty v závislosti na množství připravované suroviny. Rybí vývar lze připravit z tekutiny, která se uvolní vařením v páře.\* Přímo do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



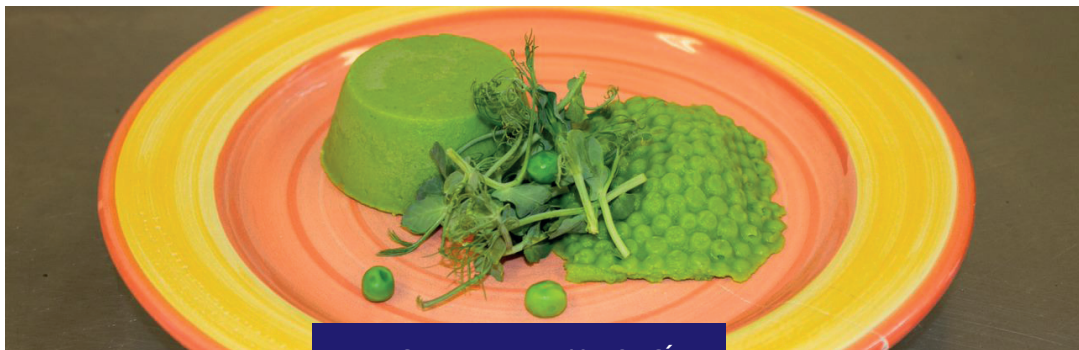
### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříní.

\* rybí vývar můžeme nahradit zeleninovým vývarem

**Nutriční hodnoty:** 99 kcal, 417 kJ, 19 g bílkovin, 17 g tuků, 5 g sacharidů

# HRÁŠKOVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,750 kg mraženého hrášku  
0,250 l zeleninového vývaru

0,020 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme mražený hrášek a vaříme 10 minut. Po uvaření ho scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezený hrášek spolu s vývarem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a pepřem a znovu cca 1 minutu mixujeme. Hráškovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

**Nutriční hodnoty:** 83 kcal, 348 kJ, 4 g bílkovin, 0 g tuků, 16 g sacharidů

# KVĚTÁKOVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,200 kg mraženého květáku

Sůl, mletý římský kmín

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme mražený květák a vaříme 30 minut. Po uvaření květák scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezený květák vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přimo do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a mletým římským kmínem a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* rybí vývar můžeme nahradit zeleninovým vývarem

**Nutriční hodnoty:** 36 kcal, 151 kJ, 3 g bílkovin, 0 g tuků, 9 g sacharidů

# PYRÉ ZE ZELENÝCH FAZOLEK



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,000 kg mražených zelených fazolek  
0,100 kg mraženého hrášku

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme mražené zelené fazolky s hráškem a vaříme 10 minut. Po uvaření zeleninu scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezenou zeleninu vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přimo do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

**Nutriční hodnoty:** 44 kcal, 184 kJ, 3 g bílkovin, 0 g tuků, 11 g sacharidů

# MRKVOVÉ PYRÉ

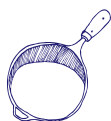


## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1.000 kg mrkve

Sůl

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme očištěnou a na větší kousky nakrájenou mrkev a vaříme doměkka, cca 20 minut v závislosti na velikosti kousků mrkve.\* Po uvaření zeleninu scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezenou mrkev vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Mrkovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* k přípravě mrkového pyré lze použít mrkev ze zeleninového bujónu nebo masového vývaru

**Nutriční hodnoty:** 49 kcal, 205 kJ, 1 g bílkovin, 0 g tuků, 12 g sacharidů

# BROKOLICOVÉ PYŘÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,000 kg mražené brokolice  
0,200 kg mraženého hrášku

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme mraženou brokolici s hráškem a vaříme 10 minut. Po uvaření zeleninu scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezenou zeleninu vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

**Nutriční hodnoty:** 58 kcal, 239 kJ, 5 g bílkovin, 0 g tuků, 12 g sacharidů

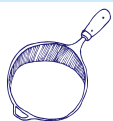
# PYRÉ Z ČERVENÉHO ZELÍ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,800 kg sterilovaného červeného zelí –  
čistá váha zelí bez nálevu  
0,040 kg cibule  
0,050 l oleje  
0,050 kg cukru  
0,010 l octa

0,050 kg sterilovaných jablek – čistá váha  
jablek bez nálevu  
0,150 kg brambor  
0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl



## POSTUP PŘÍPRAVY

Na oleji zpěníme jemně nasekanou cibuli, přidáme červené zelí i s nálevem a očištěnou, nahrubo nastrouhanou bramboru a dusíme doměkka. Ochutíme sterilovanými jableky, cukrem a octem. Vychladlé zelí scedíme, odvážíme 1 kg, vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přímou do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



## REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

**Nutriční hodnoty:** 125 kcal, 521 kJ, 2 g bílkovin, 5 g tuků, 19 g sacharidů



# ŠPENÁTOVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,000 kg mraženého špenátu  
0,200 kg mraženého hrášku  
0,100 kg cibule  
0,050 l oleje

0,250 l zeleninového vývaru  
0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla  
Sůl, česnek



## POSTUP PŘÍPRAVY

Na oleji zpěníme jemně nasekanou cibuli a česnek, přidáme špenát, hrášek, zeleninový vývar\* a dusíme, dokud hrášek nezměkne a mražený špenát se kompletně nerozpustí. Špenát s hráškem se musí vařit po dobu nejméně deseti minut v celém svém objemu. Vychladlý špenát s hráškem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přímo do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a česnekem a znovu cca 1 minutu mixujeme. Směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



## REGENERACE

- Konvektomat předejdeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předeřhátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* v závislosti na množství vody obsažené v mraženém špenátu můžeme snížit množství zeleninového vývaru nebo vývar úplně vynechat.

**Nutriční hodnoty:** 51 kcal, 213 kJ, 3 g bílkovin, 0 g tuků, 11 g sacharidů

# PYRÉ Z KOŘENOVÉ ZELENINY (MRKEV, CELER, PETRŽEL)



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,300 kg mrkve – po tepelné úpravě

0,350 kg celeru – po tepelné úpravě

0,350 kg petržele – po tepelné úpravě

0,040 kg Bindemittel Plus zahušťovadla

Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Do vroucí osolené vody vložíme na větší kostky nakrájenou zeleninu a vaříme doměkka.\* Po uvaření zeleninu scedíme a zchladíme pod tekoucí studenou vodou. Scezenou zeleninu vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Přimo do Blixeru do rozmixované směsi přidáme zahušťovadlo Bindemittel Plus, dochutíme solí a znovu cca 1 minutu mixujeme. Zeleninovou směs plníme do silikonových forem a šokově zmrazíme. Pokrm lze po zmrazení z forem vyklopit pro jejich uvolnění k další výrobě.



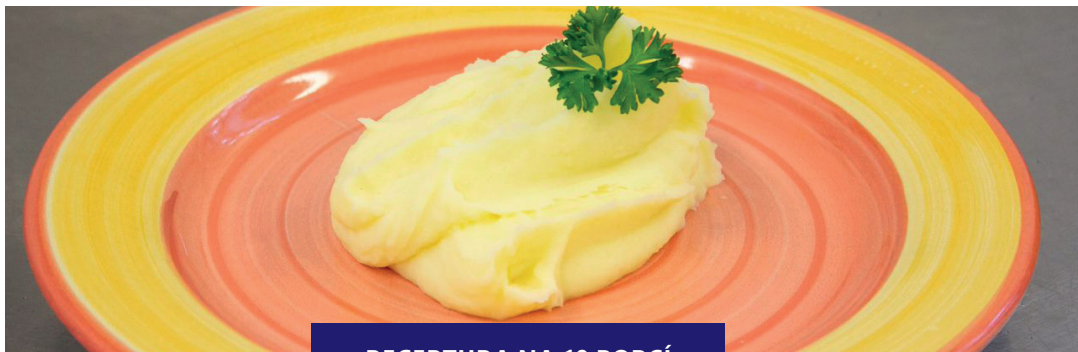
### REGENERACE

- Konvektomat předehřejeme v režimu pečení s párou na teplotu 120 °C a 20% pára.
- Všechny mražené součásti jídla (maso, zelenina) vyndáme z mrazicího boxu, ihned urovnáme na talíř, přikryjeme plastovým víkem a celé regenerujeme v předehřátém konvektomatu po dobu 15 minut.
- Při regeneraci se nesmí vytvořit na povrchu pokrmu kůrka.
- Při expedici zregenerované maso a zeleninu doplníme přílohou, popř. omáčkou nebo šťávou.
- Celé jídlo se dále uchovává k výdeji pod poklopem v ohřívací skříni.

\* k přípravě zeleninového pyrě lze použít zeleninu ze zeleninového bujónu nebo masového vývaru

**Nutriční hodnoty:** 51 kcal, 212 kJ, 2 g bílkovin, 0 g tuků, 12 g sacharidů

# BRAMBOROVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,500 kg brambor

0,500 l mléka

Sůl



## POSTUP PŘÍPRAVY

Brambory uvaříme v osolené vodě doměčka a scedíme. Scezené brambory dáme do šlehacího kotle, přidáme vařící mléko, dochutíme solí a pomocí metly vyšleháme hladkou kaši. V případě nutnosti pasírujeme přes cedník. Připravujeme vždy čerstvé až před výdejem. Pokud je bramborové pyré příliš řídké, docílíme požadované hustoty přidáním zahušťovadla Bindemittel Plus.

---

**Nutriční hodnoty:** 117 kcal, 489 kJ, 4 g bílkovin, 1 g tuků, 27 g sacharidů

# CELERO-BRAMBOROVÉ PYŘÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

1,000 kg brambor  
0,200 kg vařeného celeru

0,500 l mléka  
Sůl



## POSTUP PŘÍPRAVY

Brambory uvaříme v osolené vodě doměkka a scedíme. Za tepla brambory a celer mixujeme s vlažným mlékem a solí do hladké kaše. V případě nutnosti pasírujeme přes cedník. Připravujeme vždy čerstvé až před výdejem. Pokud je celero-bramborové pyře příliš řídké, docílíme požadované hustoty přidáním zahušťovadla Bindemittel Plus.

---

**Nutriční hodnoty:** 116 kcal, 491 kJ, 4 g bílkovin, 1 g tuků, 22 g sacharidů

# RÝŽOVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,400 kg kulatozrné rýže

Sůl



### POSTUP PŘÍPRAVY

Rýži rozvaříme v osolené vodě na kaši. Kaši následně pasírujeme přes jemný cedník. Dochutíme solí. Připravujeme vždy čerstvé až před výdejem. Pokud je rýžové pyré příliš řídké, docílíme požadované hustoty přidáním zahušťovadla Bindemittel Plus.

---

**Nutriční hodnoty:** 138 kcal, 578 kJ, 3 g bílkovin, 0 g tuků, 30 g sacharidů

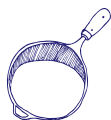
# TĚSTOVINOVÉ PYRÉ



## RECEPTURA NA 10 PORCÍ

0,700 kg těstovin – váha těstovin je  
počítána po uvaření  
0,250 l zeleninového vývaru

0,050 l oleje  
Sůl



## POSTUP PŘÍPRAVY

Uvařené scezené těstoviny spolu s vývarem a olejem vložíme do Blixeru a rozmixujeme dohladka. Mixujeme přibližně 1 minutu v závislosti na množství připravované suroviny. Dochutíme solí. Připravujeme vždy čerstvé až před výdejem. Pokud je těstovinové pyrė příliš řídké, docílíme požadované hustoty přidáním zahušťovadla Bindemittel Plus.

---

**Nutriční hodnoty:** 108 kcal, 458 kJ, 4 g bílkovin, 1 g tuků, 21 g sacharidů



## **KONTAKTY PRO OBJEDNÁNÍ BINDEMITTEL PLUS ZAHUŠŤOVADLA:**

### **Česko západ**

Regional Key Account Manager

Jan Slavík

T: 00420 724 060 524

E: [jan.slavik@oetker.com](mailto:jan.slavik@oetker.com)

### **Česko východ**

Regional Key Account Manager

Daniel Kaspřík

T: 00420 724 060 583

E: [daniel.kasprik@oetker.com](mailto:daniel.kasprik@oetker.com)

