

Nemme, enkle og hurtiglavede retter med Nutramigen

Nutramigenvælling – 4 mdr.

2 dl vand
2 tsk majsstivelse (fx. Maizena)
6 mål Nutramigen

Rør vand og stivelse sammen i en lille gryde. Lad vællingen koge ved middelvarme ca 1 min. Lad blandingen afkøle til spisetemperatur (max. 40°C). Nutramigenpulveret piskes i. Efterhånden som barnet vokser kan du gøre portionen større og vællingen mere grødagtig ved at tilsætte mere stivelse.

Nemme og hurtiglavede opskrifter på grød

Nem grød på basis af havregryn:

3/4 dl blendede havregryn
1 1/2 dl kogende vand
4 mål Nutramigen

De blendede havregryn hældes i en skål. Det kogende vand hældes over. Omrøres og afkøles til spisetemperatur. Tilsæt Nutramigenpulver.

Risgrød – 6 mdr.

3/4 dl minutris (fx. Pama minutris)
2 dl vand
6 mål Nutramigen
evt. 1 tsk. sukker

Bland minutrisene med vand og kog blandingen til en grød (ca. 3-4 min.) Afkøl til spisetemperatur (max. 40 grader). Rør Nutramigenpulveret i grøden.

Forslag til smagstilsætning af grød:

– frugtmos eller frugtgrød, frisk frugt som fx. banan, sukker eller vaniljesukker.

Berigning af mad med Nutramigen

Færdigtilberedt børnemad i fx. glas

2-3 mål Nutramigenpulver røres ud i et glas, der tydeligt er markeret med "fri for mælkeprotein".



Frugtmos

3 mål Nutramigenpulver røres i et glas færdig frugtmos

Banan – moset

Bland 1-2 mål Nutramigenpulver i en moset banan

Drikke

"Nutramigensmoothies"

3 mål Nutramigen røres i 1/2 dl vand. Tilsæt 1 dl frugtsmoothie fra fx Valsø Lille eller alm. juice.

Man kan også røre 1-2 mål Nutramigen pulver i Havremælk som "det hvide" på morgenmadsproduktet, dersom barnet ikke vil have den rene Nutramigen blanding som "dets mælk"

Chokoladedrik

1/2 spsk cacao
1/2 spsk sukker
2 dl Nutramigenblanding

Bland cacao og sukker og pisk Nutramigenblandingen i. Kan både drikkes kold og koges op og serveres som "varm cacao".

For mere information – besøg www.meadjohnson.dk

Mead Johnson støtter WHO's anbefaling om, at brystmælk er barnets bedste ernæring.



Kolde retter

Nutramigenyoghurt – 6 mdr.

2 dl vand
1/2 spsk. kartoffelmel
6 mål Nutramigen
evt. 1 tsk. sukker

Kog vand og kartoffelmel ved svag varme under omrøring, til de første bobler ses. Tag gryden af varmen og lad blandingen afkøle i koldt vandbad. Rør Nutramigenpulveret i, til det bliver en lind dej. Opbevares i en tætsluttende beholder i køleskabet. Serveres som den er, eller iblandet frugt/bærmos, syltetøj eller bananskiver.

Chokoladedessert

Køb færdigblandinger til at lave kagecreme af - læs næringsdeklaration grundigt! I stedet for kold mælk anvendes kold Nutramigenblanding. Følg opskriften på pakken.

”Nutramigenmilkshakes”

Bland ingredienserne til de respektive ”shakes” i en blender eller med en elpisker til en passende konsistens. Server ”shaken” i en tudkop eller i et højt fint glas. Sæt et festligt sugerør i og pynt med bær eller et drys cacao.

Banan milkshake

2 dl kold Nutramigenblanding
1/2 banan

Peach Melba milkshake

2 dl kold Nutramigenblanding
1/2 banan
1/2 fersken – fra dåse

Prinsesse milkshake

2 spsk. hindbær
2 spsk. blåbær
2/3 banan
4 tsk. sukker
2 dl kold Nutramigenblanding

Banan og cacao milkshake

2 dl kold Nutramigenblanding
1/2 banan
4 tsk. cacao

Pandekager

Pandekager 2 personer

1 3/4 dl Nutramigenblanding
1/4 dl dansk vand eller andet neutralt mineralvand
1 1/4 dl hvedemel
1 spsk. sukker
1/4 spsk. olie

Bland Nutramigen-blandingen og dansk vand i en skål. Hæld melet i skålen under omrøring og tilsæt sukker. Dejen skal være helt glat. Lad dejen hvile nogle minutter, gerne et kvarter i køleskabet. Bag pandekagerne på middel varme. Husk at bruge mælkefri margarine.

Læs altid indholdsdeklarationen grundigt på madvarer. En vare, som har været mælkeproteinfri, kan hurtigt ændre sammensætning, så den måske pludselig ikke længere er mælkeproteinfri!

Mead Johnson Nutritionals telefonservice

Du kan ringe til os på 45 93 05 06

MeadJohnson
Nutritionals

Lyngby Hovedgade 98
2800 Kgs Lyngby
Tel 45 93 05 06, Fax 45 93 32 50
www.meadjohnson.dk