

Nutrisens*



Les recettes **EASY-BASE +** DE M. SENS

- * Réalisez des plats et textures adaptées aux facultés de mastication et de déglutition de patients dysphagiques.
- * Nos idées recettes pour reconstituer facilement des préparations de viandes, poissons, légumes, légumineuses et fruits.

Easy-Base+

PRÉPARATION GÉLIFIANTE
COMPOSÉE D'INGRÉDIENTS
D'ORIGINE NATURELLE



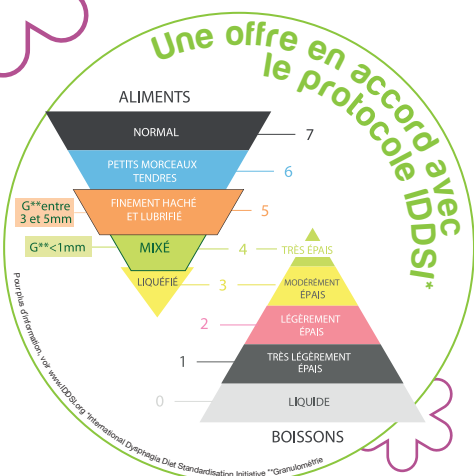
Easy-Base+ permet la réalisation de **plats et textures adaptés** aux facultés de mastication et de déglutition de **patients dysphagiques**.

Redonnez des formes qui tiennent
à chaud comme à froid à vos
recettes en textures modifiées.

Incolore
Inodore
Goût
neutre

Sans
colorant
Sans
conservateur
Sans gluten

Compatible
manger-main



Grâce à Easy-Base+,

reconstituez des textures qui répondent aux niveaux de dysphagie suivants, étayés par l'IDDSI* :

GRADE 4
Aliments mixés

GRADE 5
Aliments finement hachés

Vous pouvez également recréer des textures de grade 4 et de grade 5 en manger-main.

(*IDDSI : International Dysphagia Diet Standardisation Initiative)

Les recettes EASY-BASE + DE M. SENS

Sommaire



1	Olives vertes et noires	Page 4
2	Cornichons	Page 5
3	Tomates	Page 6
4	Petits pois	Page 7
5	Carottes	Page 8
6	Brocolis / Chou-fleur	Page 9
7	Poulet	Page 10
8	Côte de porc	Page 11
9	Poisson blanc	Page 12
10	Camembert	Page 13
11	Poires	Page 14
12	Chocolat	Page 15





Olives vertes et noires



INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 500g d'olives vertes ou noires
- 500g de saumure (à couper avec un peu d'eau si celle-ci est trop salée)



Recette consommée froide



Temps de réalisation 15mn



Nombre de portions 30



Niveau IDDSI 4

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Mixer les olives et la saumure jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 40ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée d'olives et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les olives, la saumure et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 360g de Protipulse à la préparation d'olives avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Cornichons



INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 500g de cornichons
- 250g de saumure (à couper avec un peu d'eau si celle-ci est trop salée)
- 250g d'eau



Recette consommée froide



Temps de réalisation



Nombre de portions



Niveau IDDSI

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Mixer les cornichons, la saumure et l'eau jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 40ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée de cornichons et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les cornichons, la saumure et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+

* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 360g de Protipulse à la préparation de cornichons avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Tomates



INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 1 kg de tomates fraîches
- Echalote
- Ail
- Sel, poivre



Recette consommée froide



Temps de réalisation 15mn



Nombre de portions 10



Niveau IDDSI 4

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Mixer les tomates, l'échalote et l'ail jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 40ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée de tomates et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les tomates, les échalotes, l'ail et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de tomates avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Petits pois

INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 500g de petits pois cuits
- 500g d'eau de cuisson
- Sel, poivre

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire les petits pois dans une eau de cuisson ou un bouillon.
- * Mixer la préparation jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée de petit pois et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les petits pois, l'eau de cuisson et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Grâce à ce moule, redonnez facilement leur forme d'origine à vos petits pois à texture modifiée !



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



Recette consommée chaude



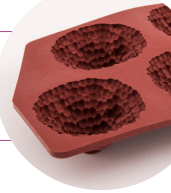
Temps de réalisation



Nombre de portions



Niveau IDDSI



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 96g de Protipulse à la préparation de petits pois avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.



Carottes

INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 850g de carottes
- 150g d'eau de cuisson
- Sel, poivre

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire les carottes.
- * Mixer les carottes et l'eau de cuisson jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée de carottes et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les carottes, l'eau de cuisson et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



Recette consommée chaude



Temps de réalisation



Nombre de portions



Niveau IDDSI



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de petits pois avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Brocolis / chou-fleur

INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 850g de brocolis ou de chou-fleur cuits
- 150g d'eau de cuisson
- Sel, poivre

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire les brocolis ou le chou-fleur.
- * Mixer les brocolis ou le chou-fleur et l'eau de cuisson jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la purée de brocolis ou de chou-fleur et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les carottes, l'eau de cuisson et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Grâce à ce moule, redonnez facilement leur forme d'origine à vos brocolis à texture modifiée !



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+

* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de petits pois avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.



Poulet

INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 500g de poulet cuit
- 500g de bouillon de préparation
- Sel, poivre

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Elaborer la recette de poulet choisie.
- * Mixer le poulet et sa préparation jusqu'à obtenir la texture désirée (mixée ou hachée).
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer le poulet mixé ou haché et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre le poulet, sa préparation et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Grâce à ce moule, redonnez facilement leur forme d'origine à vos cuisses de poulet à texture modifiée.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de petits pois avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.



Recette consommée chaude



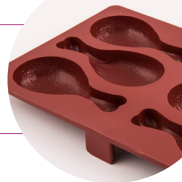
Temps de réalisation



Nombre de portions



Niveau IDDSI





Côte de porc



INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 500g de porc cuit
- 500g de bouillon de préparation
- Sel, poivre



Recette
consommée
chaude



Temps de
réalisation



Nombre de
portions



Niveau
IDDSI

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire la viande de porc.
- * Mixer le porc et le bouillon de cuisson jusqu'à obtenir la texture désirée (mixée ou hachée).
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la viande mixée ou hachée et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre le poulet, sa préparation et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Grâce à ce moule, redonnez facilement leur forme d'origine à vos côtes de porc à texture modifiée.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+

* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de petits pois avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Poisson blanc



INGREDIENTS

- 80g d'Easy-Base+
- 650g de poisson blanc cuit
- 350g de fumet de poisson
- Sel, poivre



Recette consommée chaude



Temps de réalisation



Nombre de portions



Niveau IDDSI

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire le poisson.
- * Mixer le poisson et sa préparation jusqu'à obtenir la texture désirée (mixée ou hachée).
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer le poisson mixée ou hachée et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre le poisson, le fumet et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de poisson avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Camembert

INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 500g de camembert
- 500g de lait entier



Recette
consommée
froide



Temps de
réalisation



Nombre de
portions



Niveau
IDDSI

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire chauffer le lait. Une fois le lait chaud, incorporer le camembert coupé en petits morceaux et rendre la préparation homogène.
- * Mixer la préparation obtenue jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 50ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer le mélange de camembert et de lait et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre le camembert, le lait et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+

* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 360g de Protipulse à la préparation de camembert avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Poires



INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 900g de poires
- 100ml de jus de poires ou de sirop
(Pour cette recette, il est possible d'utiliser des poires fraîches ou au sirop)



Recette consommée froide



Temps de réalisation 15mn



Nombre de portions 10



Niveau IDDSI 4

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire cuire les poires (s'il s'agit de poires fraîches).
- * Mixer les poires et le jus jusqu'à obtenir la texture désirée.
- * Hacher finement ou mixer Easy-Base+
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 40ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer les poires mixées et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre les poires, l'eau de cuisson et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+



* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 120g de Protipulse à la préparation de poires avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.





Chocolat

INGREDIENTS

- 50g d'Easy-Base+
- 300g de chocolat noir à 70%
- 700ml de lait entier
- 50g de crème à 30%
- 50g de sucre



Recette
consommée
froide



15mn
Temps de
réalisation



30
Nombre de
portions



4
Niveau
IDDSI

MISE EN OEUVRE

Sans robot chauffant

- * Faire fondre le chocolat dans le lait et y ajouter la crème et le sucre.
- * Dans une casserole, faire fondre Easy-Base+ dans environ 40ml d'eau jusqu'à la fonte complète du texturant.
- * Incorporer la préparation de chocolat et donner une bonne ébullition à l'ensemble de la préparation, tout en remuant à l'aide d'un fouet pendant 2 à 3 minutes.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies

Avec robot chauffant

- * Dans le robot, mettre le chocolat, le lait, la crème, le sucre et Easy-Base+.
- * Mixer le tout à environ 100°C jusqu'à la fonte totale du texturant.
- * Couler la préparation dans les moules de votre choix et laisser refroidir.
- * Démouler et dresser selon vos envies.



Pour obtenir une texture manger-main, ajouter 10% supplémentaire d'Easy-Base+

* L'astuce enrichissement de M. Sens.

Pour un ajout de 10g de protéines par portion, ajouter 360g de Protipulse à la préparation de chocolat avec texturant. Retirer la casserole du feu et incorporer Protipulse à la fin de l'ébullition.

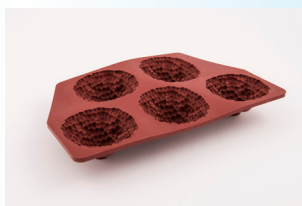
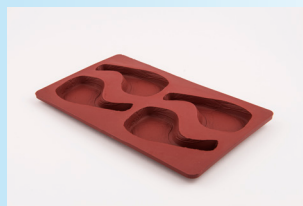


Moules disponibles

REDONNEZ À VOS PATIENTS LE PLAISIR ET L'ENVIE DE MANGER DÈS L'ASSIETTE.
GRÂCE À CE PACK DE 5 MOULES, REDONNEZ FACILEMENT ET RAPIDEMENT, À CHAUD COMME À FROID,
DES FORMES À VOS VIANDES, LÉGUMES, LÉGUMINEUSES ET FRUITS À TEXTURE MODIFIÉE.



5 modèles de moules pour simplifier le travail des cuisiniers



Nutrisens 

3 Chemin de Cytises
69340 Francheville

www.nutrisens.fr



44 Avenue Gabriel Péri
87000 Limoges

www.nutri-culture.fr