

Dysfagi smørrebrød

fra Københavns Madservice



Indhold:

Forord	3
Kort om dysfagi	4
Hvad indeholder en portion?	5
Blødt smørrebrød	6-9
Gratinsmørrebrød	10-21
Cremet smørrebrød	22-23
Redskaber	24-25
Opskrifter på pynt	26-31

Tekst og design: Københavns Madservice (KMS)

Fotograf: Anne-Li Engström

Grafik og opsætning: KKDesign

Udgiver: madservice.kk.dk

madservice@suf.kk.dk // +45 38 27 42 60

Maj 2019

Forord

Dette hæfte viser, hvordan man kan fremstille dysfagi smørrebrød, ud fra komponenter, som Københavns Madservice (KMS) tilbyder.

Komponenterne findes fortrinsvis som gratin konsistens og i mindre grad blød konsistens. Cremet konsistens findes som færdige måltider.

Hæftet giver også inspiration til, hvordan man kan "peppe" smørrebrødet lidt op. Det kan være med de råvarer, der typisk findes i et køkken eller pynt man selv kan fremstille.

Hæftet er tilegnet de medarbejdere, der står overfor at skulle servere dysfagi smørrebrød til borgere på plejehjem og centre i Københavns kommune, med udgangspunkt i KMS' komponenter.

I KMS håber vi, at dette initiativ bidrager til, at endnu flere borgere på plejehjem og centre får mulighed for at spise smørrebrød med deres yndlingspålæg. Også selv om de helt eller delvis mangler evnen til at tygge eller synke og derfor har brug for et helt særligt tilbud.

På madservice.kk.dk er oplysninger om priser, transport og andre praktiske oplysninger.

God fornøjelse!

Kort om dysfagi smørrebrød fra KMS

Maden forhandles i enheder på 10 portioner eller 20 portioner, som I selv skærer ud fra frost. Hvor lidt eller meget maden skal pyntes, beslutter I selv.

Hovedparten af komponenterne findes som frostvarer, der har en holdbarhed på 3 måneder. Enkelte typer af pynt og æg findes som kølevarer. Kølevarerne har en holdbarhed på en uge, på nær æg, der har en holdbarhed på 4 dage.

Nedenfor ses listen over de typer af pålæg og pynt, I kan vælge mellem til hhv blød, gratin og cremet konsistens.

Blød kost uden rugbrød	Gratin kost med rugbrød	Pynt til blød og gratin	Cremet kost med rugbrød
KAMSTEG Frost	KAMSTEG Frost	RØDKÅL Frost	KAMSTEG m. asie & rødkål Frost
KALVESTEG Frost	KALVESTEG Frost	BACON Frost	LEVERPOSTEJ & rødbeder Frost
KYLLING Frost	KYLLING Frost	RISTET LØG Frost	KYLLING Frost & ananas
HAMBURGRYG Frost	HAMBURGRYG Frost	REJER Frost	
SPEGEPØLSE Frost	LEVERPOSTEJ Frost	ASIE Køl	
RULLEPØLSE Frost	SPEGEPØLSE Frost	ANANAS Køl	
	RULLEPØLSE Frost	RØDBEDER Køl	
	ÆG Køl	RØDLØG Køl	

Hvad indeholder en portion?

En portion smørrebrød, blød og gratin, indeholder to stykker smørrebrød, der tilsammen og i gennemsnit indeholder 1800 KJ og 18 gram protein.

I gratin-versionen består hvert stykke smørrebrød af 1 skive rugbrød, 2-3 skiver pålæg og en slags pynt, som I selv vælger.

Til de bløde komponenter skal I lokalt lægge rugbrød til.

Det cremede smørrebrød sælges som hele enkelte portioner. Det cremede smørrebrød skal altid suppleres med sondeernæring og bør ikke anvendes som et fuldgældigt måltid.

Vejledende vægt af de enkelte komponenter pr. stykke smørrebrød:

Komponenter til blød og gratin	Vægt
RUGBRØD	30 g
OKSESPEGEPØLSE	25 g
LEVERPOSTEJ	25 g
KALVEKØD	35 g
HAMBURGERRYG	35 g
KYLLING	35 g
FLÆSKESTEG	35 g
KOGTE ÆG	35 g
SILD	25 g
PYNT	10-20 g

Blødt smørrebrød

Principper for mad med blød konsistens

Konsistensen af maden skal være blød. Borgerne kan selv tygge og synke maden, men i forskellig grad. Konferer derfor altid med en ergoterapeut.

Alle råvarer skal være naturligt bløde eller tilberedes, så de får en blød konsistens. De kan koges, dampes, bages eller steges nænsomt, uden der dannes skorper eller skind.

Maden skal være let at bide over og hele stykker skal være let at dele eller mose med en gaffel.

Ingredienser I selv kan supplere med til blødt smørrebrød

- Rugbrød og hvedebrød uden skorper og hele kerner
- Makrel i tomat
- Tunsalat
- Kogte æg
- Rejer
- Alle slags mayonnaise og remoulader
- Grønsagspesto
- Bagte og kogte grønsager, med undtagelse af ærter, majs, asparges og bønner
- Fint skåret agurker og løg
- Tomat uden skind
- Rødkål
- Fint skåret syltede rødbeder og asier
- Fint skåret krydderurter
- Fint revet peberrod
- Pickles
- Sky
- Alt pynt til gratinkost fra KMS



Eksempler på komponenter til blødt smørrebrød

Eksempler på:

Blødt smørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



Flæsketeg



Asie, rødkål, appelsin

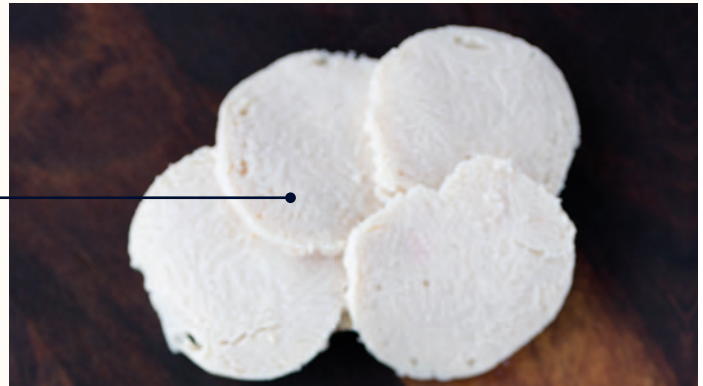


Kalvesteg



Asie, tyttebærskum

Kylling



**Karrymayonaise, fint
hakket krydderurt**



Spegepølse



Remoulade, sky, ristede løg



Gratinsmørrebrød

Principper for mad med gratinkonsistens

Når borgeren har brug for gratinkonsistens, er det fordi man primært kan anvende tungen, som benyttes til at bearbejde maden og blande den med spyt. Fødebollen skal kunne dannes uden anstrengelse og let kunne passere munden og synkes.

Ved servering af mad med gratin konsistens, er der en række forbehold, man skal være opmærksom på, for at tilgodese funktionsnedsættelsen:

- Konsistensen skal være blød, ensartet og sammenhængende
- Alle råvarer skal være fin- og ensartet pureret, uden klumper, kerner, trevler, skorper og skind
- Konsistensen må ikke være klæg, klistret eller sej og må hverken være for fast eller for flydende
- Maden skal holde formen på tallerkenen og må ikke flyde ud
- Maden skal kunne spises med en gaffel.

Ingredienser I selv kan supplere med til gratin smørrebrød

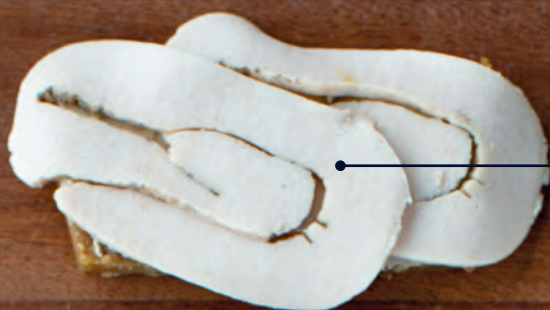
- Grønsagspesto - helt fint og blank
- Alle slags mayonnaise, som er ensartet og uden klumper
- Remoulade, som er som er ensartet og uden klumper
- Sky - uden hele champignon el. lign
- Pynt I selv kan fremstille, fx dråber af citron, dild, purløg, persille, kapers eller flødepeberrod og tyttebærskum - se opskrifter bagest i dette hæfte
- Gratin ingredienser I måtte have på frostlager fx gulerødder, ærter mm



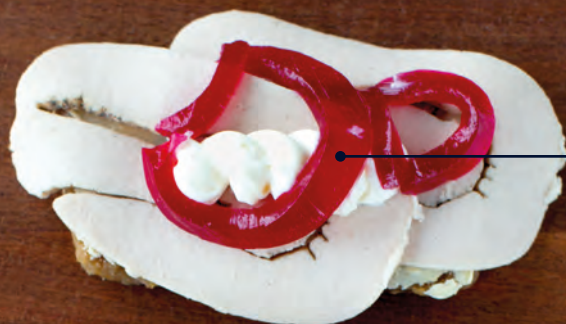
Eksempler på:

Gratinsmørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



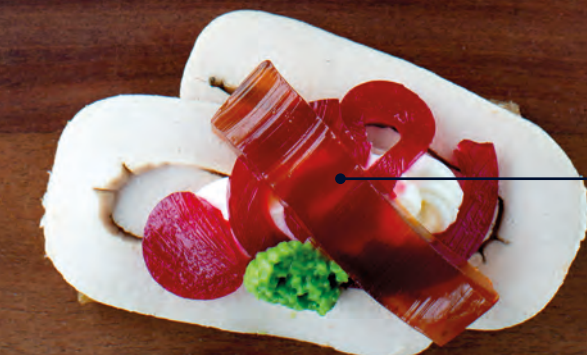
Rullepølse



Mayonnaise, syltede rødløg



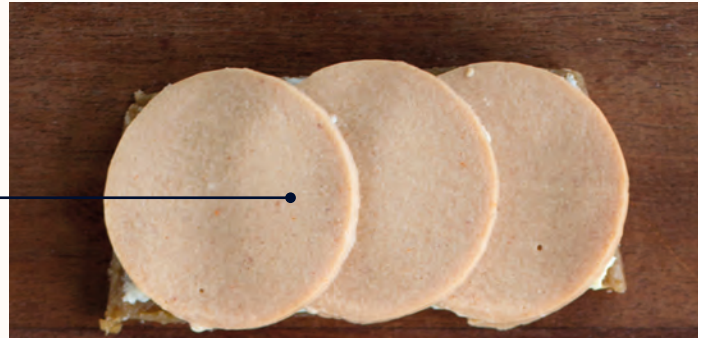
Sky



Hakkede persilledråber*

*se opskrift

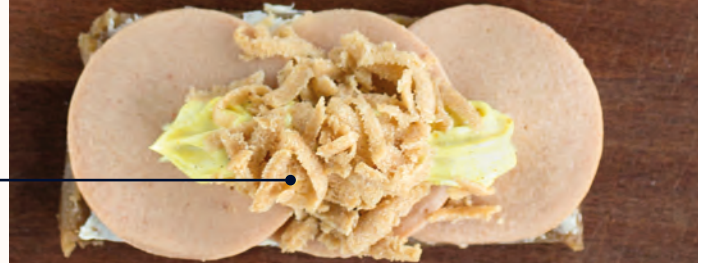
Spegepølse



Remoulade



Ristede løg



**Tomatbåde*,
hakkede persilledråber***

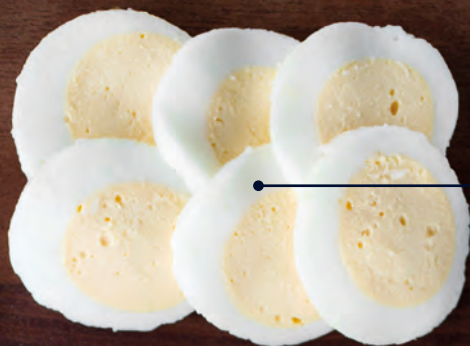


*se opskrift

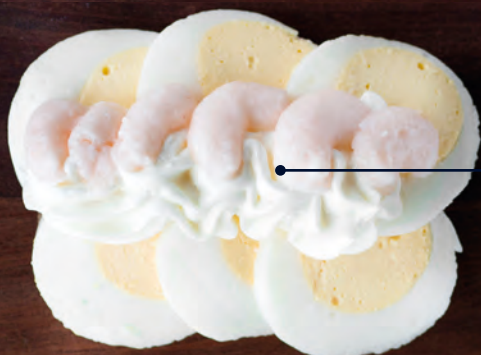
Eksempler på:

Gratinsmørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



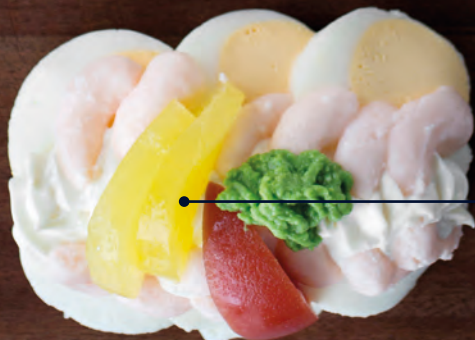
Æg



Mayonnaise, rejer



Tomatbåde*, hakkede purløgsdråber



Citrondråber*

*se opskrift

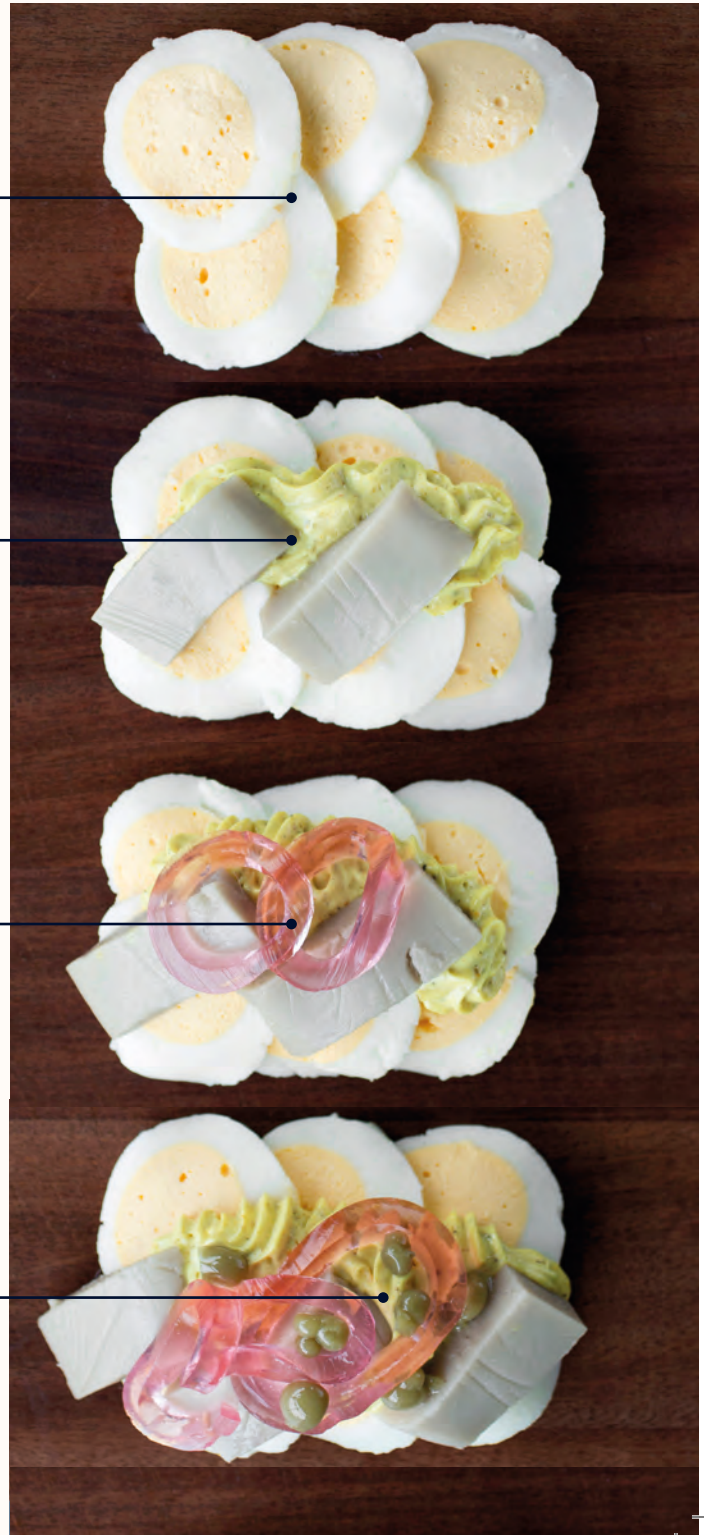
Æg

Karrymayonnaise, sild

Syltede løg

Kapersdråber*

*se opskrift



Eksempler på:

Gratinsmørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



Hamburgerryg



Mayonnaise & gulerødder**



Ærte dråber eller ærter**



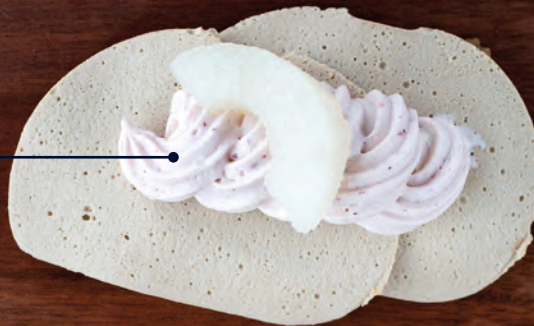
Tomatbåde*

*se opskrift, ** evt. gratin grøntsager fra frostlager

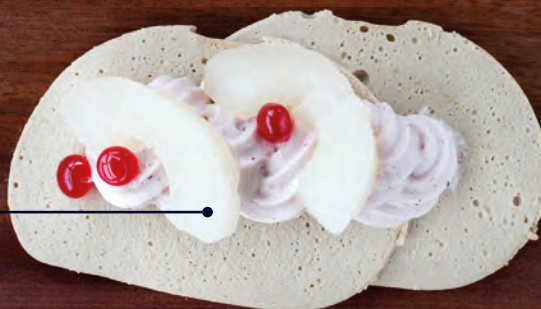
Kalvesteg



Tyttebærskum*



Asier



Tyttebærdråber*



*se opskrift

Eksempler på:

Gratinsmørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



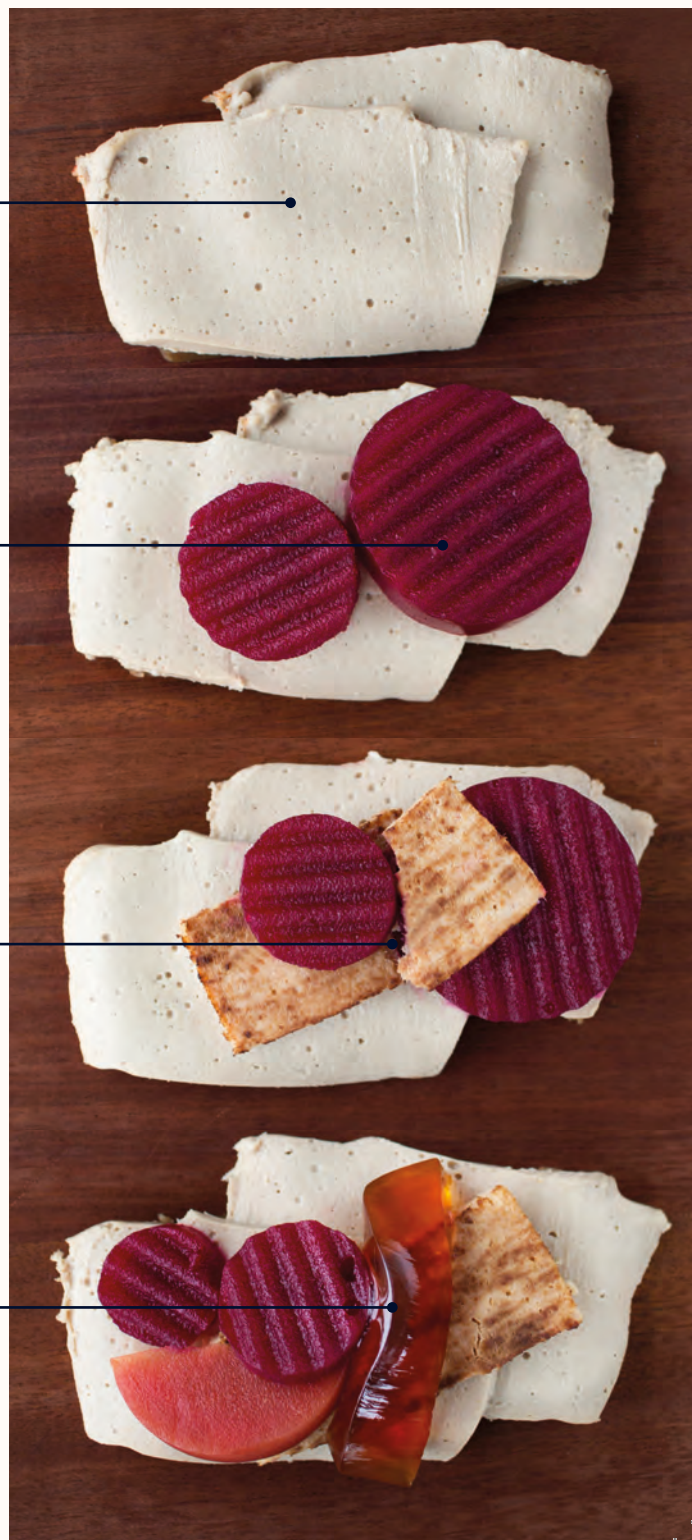
Kylling

Karrymayonnaise

Ananas

Bacon

Leverpostej



Rødbeder

Bacon

Sky, tomatbåde*

*se opskrift

Eksempler på:

Gratinsmørrebrød

Vores komponenter - jeres ingredienser



Flæskesteg

Rødkål

Asie

Ananas



Eksempler på:

Cremet smørrebrød

Principper for mad med cremet konsistens

Cremet konsistens består af en tyk, cremet, ensartet og sammenhængende konsistens, som i sig selv danner en fødebolle. Konsistensen skal være så forarbejdet, at det er muligt at sutte maden i sig.

Ved servering af mad med cremet konsistens, er der en række forhold, man skal være opmærksom på, for at tilgodese funktionsnedsættelsen:

- Konsistensen skal pureres inden tilberedning, så der ikke findes klumper, kerner, trevler eller skind
- Maden skal være fugtig og sammenhængende
- Konsistensen skal holde sin form på en ske og flyder ikke ud på en tallerken. Det vil sige, at disse fødevarer ikke blandes sammen, når de placeres side om side på en tallerken.

Ingredienser I selv kan supplere med til cremet smørrebrød

- Alle slags mayonnaise. Smag den eventuelt til med karry, garam marsala eller citron.

Rugbrød m. kamsteg, asie og
rødkål



Rugbrød m. kylling og ananas



Rugbrød m. leverpostej og
rødbeder





Redskaber

Gode redskaber til fremstilling af pynt:

- Udstickersæt
- Silikoneforme
- Chartreusekniv
- Fin trådsigte
- Rivejern
- Pensel



Opskrifter

på pynt til blød og gratin, I selv kan fremstille:

Kapers

10 portioner

Ingredienser:

50 g lage fra kapers
50 g kyllingefond
100 g syltede kapers
3 g agar agar
½ tsk thickenup clear

Arbejdsgang:

1. Sigt lagen fra kapers og kom den i en gryde med kyllingefond samt agar agar
2. Kog op og lad den koge i et par minutter under konstant omrøring.
3. Kom kapers og lage i en kraftig blender og blend til en hel ensartet og cremet masse
4. Hæl massen i en skål og vend Thicken Up Clear i og rør godt rundt så massen igen er ensartet cremet
5. Hæld massen på en sprøjtepose og lav små kapers på et stykke bagepapir
6. Sæt på køl



Smagsperler

20 portioner

Ingredienser:

300 g olie, smagsneutral

100 g dildjuice eller juice af dild, purløg, persille, citron, tyttebær, solbær

7 g husblas

Arbejdsgang:

1. Kom ca. 3 dl smagsneutral olie i en beholder og sæt den i fryseren
2. Varm dildjuicen op og tilsæt 3-4 blade opblødt husblas pr. deciliter saft. Lad derpå saften køle af, men ikke stivne. Sug saft op i en sprøjte eller pipette og dryp små perler ned i den iskolde olie
3. Sæt olien med dildkaviaren tilbage på køl
4. Når perlerne, skal bruges fiskes de op med en lille hulske og skylles hurtigt af i koldt vand

Peberrodscreme

20 portioner

Ingredienser:

150 g Creme fraiche 38 %

100 g Fløde 38 %

25 g Wasabipasta

Smag til med citronsaft og sukker

Arbejdsgang:

1. Pisk creme fraiche helt tyk og stiv
2. Pisk fløden stiv
3. Vend wasabipastaen i den piskede creme fraiche
4. Vend flødeskummen i massen
5. Smag til med citronsaft og sukker

Portionsstørrelse 20 g

Serveres kold

Ikke egnet til frysning



Tyttebærskum

10 portioner

Ingredienser:

100 g creme Fraiche 38 %

45 g tyttebær Syltetøj

9 g revet peberrod

1 citron

Salt


Arbejdsgang:

1. Creme fraiche piskes luftigt
2. Tyttebær blendes og sies
3. Riv skal af citron
4. Pres saften af citron Hold lidt af citron skal og saft tilbage
5. Blend peberrod, tyttebær, revet skal af citron, saft af citron og salt sammen og rør det sammen
6. Lad salaten trække ca. 10 min og smag til - tilsæt evt. resten af citronsaft og skal

OBS Smagen skal være sød af tyttebær - smagen forsvinder når den står til næste dag

Serveres kold

Ikke egnet til frysning





Tomatbåde

10 portioner

Ingredienser:

150 g frisk tomat, cherry eller daddel

2,5 g agar agar

100 g svinefond, reduceret til 50 %

25 g gastrik

Arbejdsgang:

1. Blend de friske tomater glat og ensartet og sigt massen fri for klumper
2. Kog agar agar op med lidt af saften fra tomaterne og den indkogte svinefond
3. vend den sigtede tomatmasse ned i den varme blanding og smag til gastrik
4. smag til med salt og evt lidt peber
5. spray halvkugle silikoneforme med sprayfedt og hæld massen heri
6. dæk til med film og sæt formen på køl

Opbevar på køl ved max 5° C

Krydret mayo

Smag en god mayonnaise til med karry, garam marsala eller citron.

Hent mere inspiration her:

<https://synkevenligt.kk.dk/>

https://www.nestleprofessionalfood.dk/sites/g/files/gfb316/f/media/frokostanretning_smatpisende_2018.pdf

