

## FORzügliche Rezeptideen mit Fortimel® Trinknahrung

### PFANNKUCHEN

#### Zutaten

1 Ei  
50 g Mehl  
125 ml Fortimel® Compact 2.4 Neutral  
15 g Rapsöl  
Salz

#### Zubereitung

- Ei mit Fortimel® Compact 2.4 Neutral und Mehl verrühren.
- 1 Prise Salz zugeben, 10 Min. quellen lassen.
- In einer Pfanne 3 dünne Pfannkuchen im Öl ausbacken (von beiden Seiten).
- Gefüllt werden kann mit cremigem Gemüse, Cremespinat und Schafkäsewürfeln, Marmelade oder Schokoladennusscreme, aber auch mit Topfenfülle/Quarkfülle. Auch mit etwas Käse überbacken schmecken die Pfannkuchen sehr gut!

**Zubereitungszeit:** ca. 30 Min.



Dieses Rezept enthält ca.  
Eiweiß 24 g • Fett 33 g  
Kohlenhydrate 74 g  
Energie 690 kcal / 2.889 kJ



## Mit kleinen Tipps und Tricks lässt sich Fortimel® sehr vielfältig anwenden

- Fortimel® Compact kann bis maximal 70 Grad erhitzt werden, ohne dabei nennenswert an Nährstoffen zu verlieren. Die Geschmacksrichtungen Schokolade und Cappuccino schmecken lecker auch als Heißgetränk zum Kuchen.
- Mit der neutralen Variante von Fortimel® Compact lassen sich hervorragend herzhafte Speisen zubereiten. Sie eignet sich auch ideal als Milchersatz im Kaffee oder Müsli und kann für die Zubereitung von Hafer- und Grießbrei, Milchreis oder Pudding verwendet werden.
- Wenn Sie es pikant mögen, erhalten Sie aus einer Cremetütensuppe mit Fortimel® Compact Neutral schnell eine schmackhafte und nährnde Mahlzeit. Auch selbst zubereitete Suppen und Saucen bereichern Sie durch die Beigabe von Fortimel® Compact Neutral mit Energie und Nährstoffen an.

Das Fortimel®-Rezeptheft können Sie herunterladen auf [nutricia.de/rezepte-fortimel](http://nutricia.de/rezepte-fortimel)

Oder senden Sie uns eine Postkarte mit Adresse und Stichwort "Rezeptheft FORzüglich" an unsere Anschrift.

Das Rezeptheft erhalten Sie dann gratis per Post.



Nutricia GmbH • Postfach 2769 • D-91015 Erlangen  
Telefon 09131 7782 0 • Telefax 09131 7782 10  
[information@nutricia.com](mailto:information@nutricia.com) • [www.nutricia.de](http://www.nutricia.de)

## FORTIMEL® TRINKNAHRUNG. DIE RICHTIGE ANWENDUNG.



Fortimel® Trinknahrung  
hilft, wieder zu  
Kräften zu kommen.

FK - Art.-Nr. 9785906 25.T. 04.18 - D

NUTRICIA  
**Fortimel**  
Medizinische Trinknahrung

## Mit Fortimel® Trinknahrung möchten wir Ihnen helfen, wieder zu Kräften zu kommen. Doch wie funktioniert das?

Mit Ruhe und Zeit. So, wie sich Gewicht und Mobilität über Wochen abgebaut haben, bedarf auch der Wiederaufbau Zeit. Sobald Sie Fortimel® Trinknahrung zu sich nehmen, merken Sie sicherlich schnell, dass Ihnen wieder mehr körperliche Energie zur Verfügung steht. Eine Gewichtsstabilisierung oder sogar Zunahme kann jedoch nur bei regelmäßiger Einnahme über einen längeren Zeitraum erfolgen.



**Den besten Effekt zeigt Fortimel®, wenn Sie es regelmäßig und somit täglich über einen Zeitraum von 10 – 12 Wochen ergänzend zu Ihrer normalen Ernährung zu sich nehmen.**

Je nach Energiebedarf empfehlen wir 1 – 3 Flaschen täglich. Oft wird verminderter Appetit durch Trinknahrung angeregt. So sollte es Ihnen nach einer kurzen Eingewöhnung leicht fallen, Ihren normalen Essgewohnheiten nachzugehen und zusätzlich Fortimel® zu sich zu nehmen.

Richtig eingesetzt, ermöglicht Ihnen Fortimel® Trinknahrung, den benötigten bzw. veränderten Nährstoff- und Kalorienbedarf Ihres Körpers zu decken. Gleichzeitig verhilft Fortimel® zu mehr Kraft und Lebensqualität, denn wer gut ernährt ist, fühlt sich besser und widerstandsfähiger.

## Tipps für die Anwendung von Fortimel® Trinknahrung

Um es Ihnen einfacher zu machen, Fortimel® Compact Trinknahrung über einen längeren Zeitraum in den Alltag zu integrieren, gibt es 8 wohlschmeckende Varianten von süß bis fruchtig und 3 Varianten mit Ballaststoffen. Wir empfehlen Fortimel® leicht gekühlt und langsam zu trinken.

Über den Strohhalm lässt sich Fortimel® Trinknahrung auch in leichter Liegeposition trinken – viele mögen Fortimel® jedoch lieber aus einem Glas. Experimentieren Sie mit der Darreichungsform!

Einmal geöffnet, ist eine Flasche Fortimel® **24 Stunden im Kühlschrank haltbar**. Achten Sie bitte darauf, eine angebrochene Flasche nicht über längere Zeit ungekühlt zu lagern. Sollten Sie viel unterwegs sein, ist Fortimel® ein **guter Begleiter**. Die kleinen Flaschen passen in jede Tasche und sind auch nach Anbruch fest und auslaufsicher verschließbar.



TRINKEN SIE  
FORTIMEL® COMPACT  
AM BESTEN LEICHT  
GEKÜHLT

## Verordnungsfähigkeit – Gut zu wissen!

Bei krankheitsbedingter Mangelernährung übernimmt Ihre gesetzliche Krankenkasse die Therapiekosten von medizinischer Trinknahrung. Fragen Sie Ihren Arzt nach einem Rezept. Fortimel®-Produkte sind Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) – nur unter ärztlicher Aufsicht zu verwenden.

Fortimel® Compact 2.4 ist ein Nahrungsmittel für besondere medizinische Zwecke. Häufig ist ungewollter Gewichtsverlust eine Folge von Krankheiten. Sprechen Sie daher auch mit Ihrem Arzt über den Gewichtsverlust und die Einnahme von hochkalorischer Trinknahrung wie Fortimel® Compact 2.4

## Merkhilfe

Fortimel® Compact 2.4 ist bei krankheitsbedingter Mangelernährung verordnungsfähig und somit rezeptierbar. Fragen Sie Ihren Arzt.



Fortimel® Compact 2.4 Mischkarton PZN 10743481



Bei Fragen zu Fortimel® Trinknahrung, der Anwendung oder zu begleitenden Materialien steht Ihnen unsere Careline 00800 68874242 (gebührenfrei) zur Verfügung.