

Lena, Krebspatientin

# Ich habe gewichtige Gründe.

Denn jedes Kilo zählt.  
restoric® hilft mir dabei.

**restoric® supportiv S Vegan**  
Genussrezepte bei drohender  
oder bestehender Mangelernährung



restoric®  
supportiv S Vegan



Liebe Patientin, lieber Patient,

mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen eine kleine Rezeptauswahl an die Hand geben. Damit wollen wir zeigen, wie Sie Ihre täglichen Speisen auf einfache und abwechslungsreiche Weise mit **restoric® supportiv S Vegan** zubereiten können, alternativ zur Anwendung als Trinknahrung.

**restoric® supportiv S Vegan** hat einen einzigartig natürlichen Geschmack mit einer leicht kernig-getreidigen Note. Pur schmeckt das Produkt sehr angenehm. Schütteln Sie dazu das Pulver, wie auf der Verpackung beschrieben, mit kaltem Leitungswasser an.

**Generell ist bei der Zubereitung von warmen Gerichten stets Folgendes zu beachten:**

- Das Pulver erst nach dem Kochen einrühren!
- Gerichte mit **restoric®** nicht wieder aufkochen!
- Kein heißes Wasser in den Schüttelbecher füllen! Beim Schütteln mit heißem Wasser entsteht ein hoher Druck. Der Deckel wird aufgesprengt. Verbrennungsgefahr!

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Zubereitung und einen guten Appetit!  
Ihr vitasyn medical Team

## Cremiger Kakao

### Zubereitung

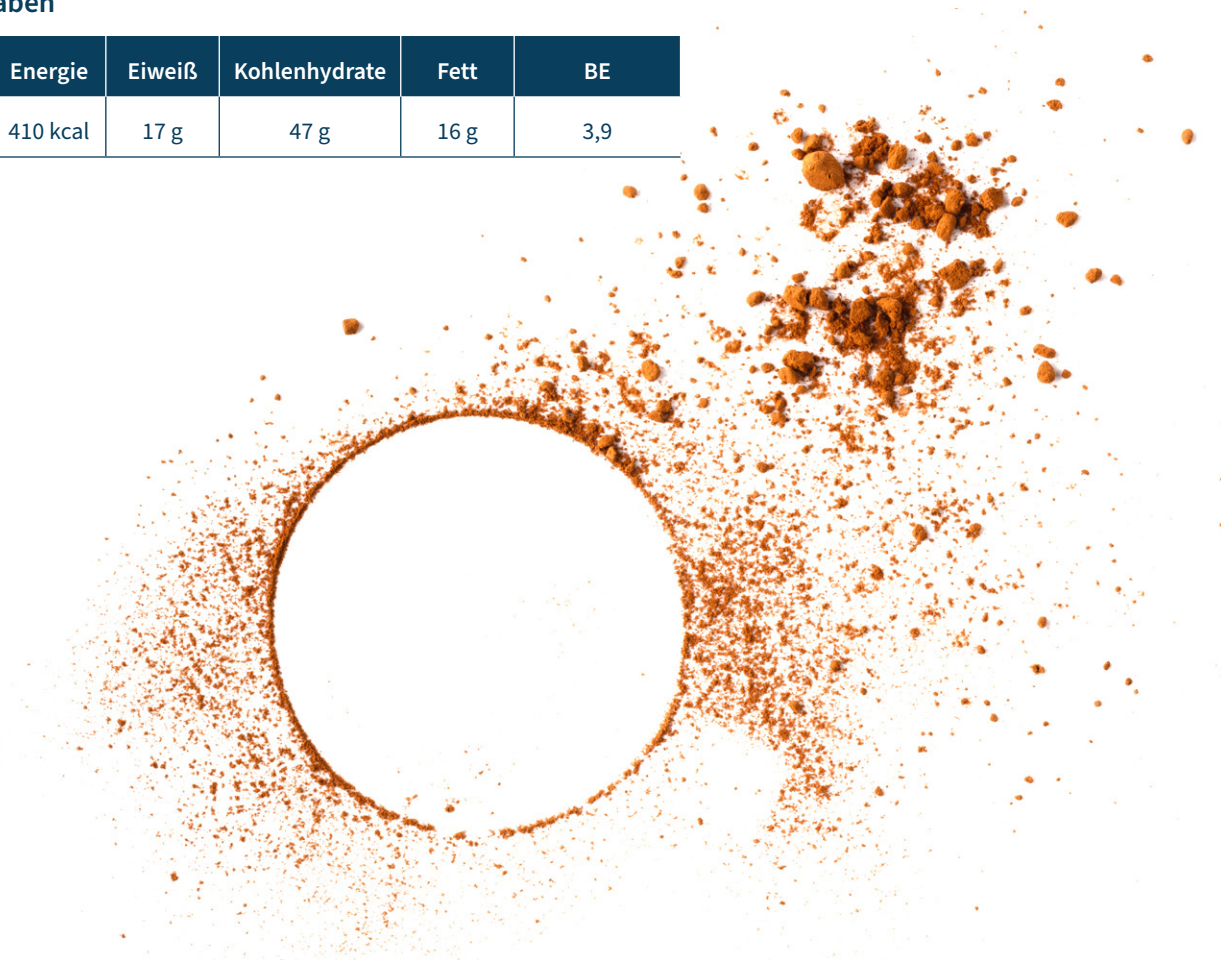
Kalte Hafermilch in den Schüttelbecher geben. restoric® und Backkakao hinzufügen. Kräftig schütteln. Mit Agavendicksaft abschmecken. Sie können den Kakao kalt genießen oder für ca. 20 Sekunden in der Mikrowelle in einer Tasse erwärmen. Dabei nicht aufkochen!

### Zutaten für 1 Portion

- 150 ml Haferdrink
- 2 TL Backkakao
- 1 Beutel restoric® supportiv S  
Vegan
- 2 TL Agavendicksaft

### Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	BE
30 ml	410 kcal	17 g	47 g	16 g	3,9



## Soja-Mango-Lassi

### Zubereitung

Die Mango mit einem Stabmixer in einem hohen Gefäß fein pürieren. Sojamilch hinzufügen und schaumig mixen. restoric® und 2 EL Wasser mit einem Löffel oder Schneebesen einrühren. Den Lassi in Gläser füllen und genießen.

### Zutaten für 1 Portion

- 80 g Mango TK  
(= ca. ¼ frische Mango)
- 100 ml Sojadrink mit Vanillegeschmack
- 2 EL Wasser
- 1 Beutel restoric® supportiv S Vegan

### Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	BE
265 ml	408 kcal	19 g	47 g	15 g	3,9

## Chia-Pudding

### Zubereitung

Mandeldrink in den Schüttelbecher geben. restoric® hinzufügen und kräftig schütteln. In ein verschließbares Gefäß geben und Chiasamen mit dem Schneebesen einrühren. Den Chia-Pudding mindestens 30 Minuten, besser über Nacht, im Kühlschrank quellen lassen.

Ein frischer Genuss!

### Tipp

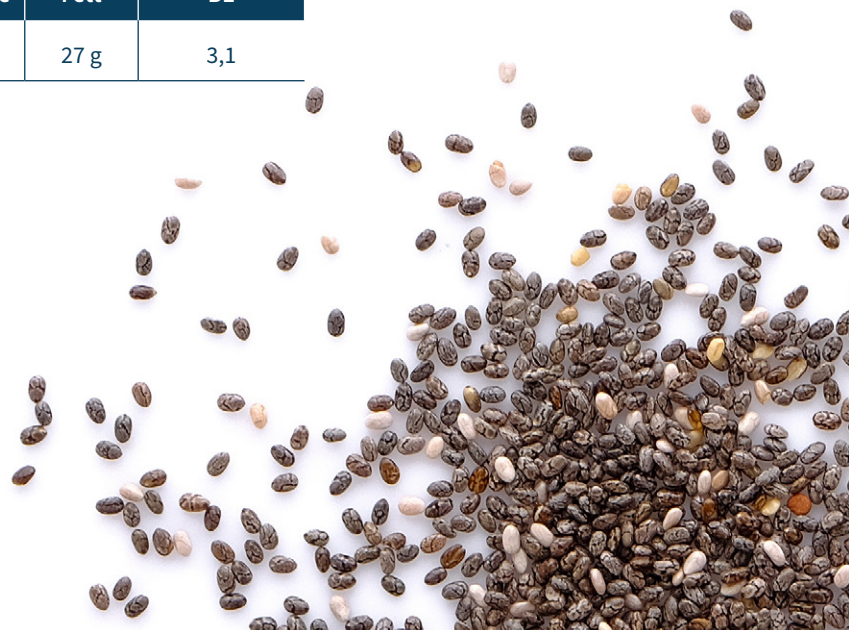
Topping aus frischem Obst, Fruchtpüree und/oder gehackten Nüssen hinzufügen. Lecker!

### Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	BE
245 ml	501 kcal	22 g	37 g	27 g	3,1

### Zutaten für 1 Portion

- 30 g Chia-Samen
- 150 ml Mandelmilch
- 1 Beutel restoric® supportiv S  
Vegan



# Tomatencremesuppe

### Zubereitung

Schalotte schälen und fein hacken. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotte kurz darin anbraten. Passierte Tomaten, Apfelmark, Olivenöl und Balsamico hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken und kurz aufkochen lassen. Anschließend in eine Schüssel geben und restoric® mit einem Schneebesen einrühren.

### Zutaten für 1 Portion

- ½ Schalotte
- 1 EL Apfelmark
- 250 ml passierte Tomaten
- EL Olivenöl
- 1 Beutel restoric® supportiv S Vegan
- 1 TL Balsamico bianco
- Salz, Pfeffer, Oregano (nach Belieben)

### Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	BE
360 ml	468 kcal	19 g	43 g	23 g	3,6



## Curry-Hummus

### Zubereitung

Kichererbsen in einem Sieb abgießen und in ein hohes Gefäß geben. Hanföl, Wasser und ein wenig Zitrone hinzufügen und alles fein pürieren. restoric® mit einem Schneebesen einrühren. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen. Mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken. Schmeckt als Brotaufstrich und als Dip sehr lecker.

### Zutaten für 2 Portionen

- 265 g Kichererbsen (aus Glas oder Dose)
- 4 EL Hanföl
- 2 EL Wasser
- 1 Spritzer Zitrone
- 1 Beutel restoric® supportiv S Vegan
- Curry, Salz, Pfeffer (nach Belieben)

### Nährwertangaben

Pro Portion	Energie	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett	BE
195 ml	496 kcal	17 g	35 g	30 g	2,9

restoric®  
supportiv S Vegan



**Wir wünschen Ihnen eine gute Besserung!**

Bei Fragen zu unseren Produkten können Sie sich gerne telefonisch an uns wenden,  
**Hotline: 030 63104790**, oder Sie schreiben uns eine E-Mail an **info@vitasyn.de**



Weitere großartige Rezepte  
finden Sie unter **vitasyn.de**



600721/04/2023

vitasyn medical GmbH | Segelfliegerdamm 95 | 12487 Berlin  
Fon 030 6310479-0 | Fax 030 6310479-59 | info@vitasyn.de  
vitasyn.de | vitasynshop.de

 **vitasyn**  
medical