



Restauración Colectiva

*El portal de referencia para los profesionales del sector*

Te encuentras en Inicio / Divisiones / Sociosanitario /

'Ensalada de pasta con champiñones, aceitunas y crema de queso' para el menú geriátrico

## 'Ensalada de pasta con champiñones, aceitunas y crema de queso' para el menú geriátrico

Miércoles, 21 de noviembre 2018

### LAS RECETAS PARA MAYORES DE BEL FOODSERVICE

**Hace dos semanas, Bel Foodservice nos presentó en su sección de recetas para los menús escolares, una elaboración basada en la pasta, un producto muy versátil que encanta a los más pequeños; hoy seguimos con el mismo producto pero adaptado a las necesidades de las personas mayores.**

La 'Ensalada de pasta con champiñones, aceitunas y crema de queso' es una receta de pasta a modo de ensalada que resulta ideal para introducir hidratos de carbono complejos en la dieta de las personas mayores. Es una especialidad fresca y apetecible, caracterizada por su facilidad de preparación y las diferentes opciones que pueden resultar de la combinación de diferentes ingredientes. En este caso destaca el champiñón y la crema de queso [La Vaca que ríe Fórmula Plus](#), ambos alimentos ricos en proteínas, nutriente cuya ingesta diaria recomendada (IDR) debe ser incrementada en la dieta de los ancianos.

Además, la textura suave y cremosa resultante del plato, facilita la masticación y posterior deglución, aspectos básicos en el residente sociosanitario.



### PROCESO DE ELABORACIÓN

**Paso 1:**

– Hervir la pasta durante 10 minutos en agua abundante con sal.

**Paso 2:**

– Una vez cocida, escurrir y dejar enfriar la pasta en una bandeja. Reservar un vaso de agua de la cocción.

**Paso 3:**

– Picar el ajo en trozos muy finos y freír hasta que se doren.

**Paso 4:**

– Mientras, lavar los champiñones, trocearlos y añadirlos a la sartén para saltearlos.

**Paso 5:**

– Añadir el salteado de champiñón a la bandeja de pasta.

**Paso 6:**

– Partir las aceitunas por la mitad y añadir en la misma bandeja.

**Paso 7:**

– Añadir la crema de queso [La Vaca que ríe Fórmula Plus](#), junto con el agua de cocción de la pasta y mezclar bien todos los ingredientes en la bandeja.

**Paso 8:**

– Meter la ensalada en el frigorífico y mantenerla refrigerada hasta el momento del emplatado para servirla fresca.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL



**ALÉRGENOS:** gluten, leche y trigo.

Todas las recetas de Bel Foodservice responden a las necesidades del sector de las colectividades (en este caso del segmento de residencias de las personas mayores) teniendo en cuenta:

1. Las necesidades nutricionales específicas de las personas mayores.
2. La limitación de las cocinas de colectividades en cuanto a medios, tiempo, control de riesgos y procesos.
3. Los costes por menú que se demandan en el sector.
4. La preocupación por la reducción del desperdicio alimentario.
5. La utilización de materias primas de calidad y confianza, que cumplan los requerimientos y restricciones más exigentes.

– Contacta con **Bel Foodservice** o accede a su web a través de nuestro directorio de empresas.

#### Noticias Relacionadas

- [Bel Foodservice pone a disposición de sus clientes los 'Libros de menús para residencias'](#)
- [Bel facilita a los profesionales una guía sobre nutrición en personas mayores](#)
- [Calabacines rellenos de jamón y crema de queso para facilitar la digestión del anciano](#)
- [Manzana asada con una porción de queso, un postre nutritivo y adecuado para los mayores](#)
- [Sopa minestrone con crema de queso; una receta 'plus' para el menú de las residencias](#)
- [Peras al vino con porción de queso, un postre dulce, suave y saludable para los mayores](#)
- [Crema de melón con jamón y queso, un plato fácil, nutritivo y delicioso para el anciano](#)
- [La sopa de cebolla, una especialidad con una función bioactiva, importante para los mayores](#)

Marian González **Marian González** es licenciada en Biología por la Universidad Complutense de Madrid, grado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Internacional Isabel I de Castilla y postgrado en Nutrición Clínica y Tecnología Avanzada de los Alimentos por la Universitat de Barcelona. Consultora nutricional para restauración colectiva y directora de [Edasnut](#). @: [info@edasnut.es](mailto:info@edasnut.es)