



Peras al vino con porción de queso, un postre dulce, suave y saludable para los mayores

18-07-2018

LAS RECETAS PARA MAYORES DE BEL FOODSERVICE

Las *Peras al vino con porción de queso* es un postre que combina a la perfección los beneficios propios de la fruta y el lácteo junto con el sabor dulce y la textura suave que adquiere la pera tras esta elaboración. Por una parte, la pera aporta una importante cantidad de fibra, llegando a cubrir un tercio de las Ingestas Diarias de Referencia (IDR), favoreciendo el mejor tránsito intestinal y contrarrestando la menor movilidad intestinal que suele sufrir el residente anciano; por otra, la porción de queso La Vaca que ríe Light se caracteriza por su alto contenido en calcio, su bajo aporte en lípidos y su moderado contenido en sodio, aspectos nutricionales esenciales para la prevención y mejora del pronóstico de las enfermedades cardiovasculares.

Image not found or type unknown



PROCESO DE ELABORACIÓN

Paso 1:

– Pelar una pera mediana dejando el rabito.

Paso 2:

– Introducir en un recipiente junto con el vino tinto y poner a calentar.

Paso 3:

– Cuando se vaya cogiendo temperatura añadir el azúcar junto con una ramita de canela y ralladura de limón.

Paso 4:

– Tapar y dejar cocer durante 30 minutos hasta que las peras estén tiernas.

Paso 5:

– Servir en un plato la pera con almíbar de vino y la porción de queso La Vaca que ríe Light.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Image not found or type unknown



ALÉRGENOS: leche.

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



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](https://www.edasnut.es). @: info@edasnut.es