



## Manzana asada con una porción de queso, un postre nutritivo y adecuado para los mayores

21-03-2018

### LAS RECETAS PARA MAYORES DE BEL FOODSERVICE

Si bien es verdad que esta semana ha entrado la primavera, las bajas temperaturas hacen que un postre como la manzana asada siga apeteciendo estos días. Continuando con la publicación de las recetas que Bel Foodservice ofrece al sector sociosanitario, hoy os dejamos la de la manzana asada acompañada con queso 'La Vaca que ríe'. Una especialidad pensada para el público senior, nutritiva, sabrosa y con el suplemento del lácteo que la complementa perfectamente.

La manzana asada es un postre muy digestivo y recomendable para el delicado estado en el que se pueden encontrar el estómago del anciano. Entre sus componentes se encuentra la pectina, fibra soluble con capacidad de retener una gran cantidad de agua y, por lo tanto, ayudar en la función intestinal. Puesto que el asado de esta fruta libera los azúcares que contiene, se incrementa el sabor dulce de la misma. La combinación con una porción de queso *La Vaca que ríe* es una manera de contrarrestar ese sabor dando como resultado un postre apetitoso, que añade media ración de lácteo a la dieta diaria.

Image not found or type unknown



### PROCESO DE ELABORACIÓN

**Paso 1:**

– Lavar, descorazonar las manzanas y depositar en una bandeja para horno.

**Paso 2:**

– Hornear durante 60 minutos.

**Paso 3:**

– Añadir la manzana al almíbar y dejar cocer durante 30 minutos a 180°C.

**Paso 4:**

– Cuando estén asadas servir en un plato junto con la porción de queso *La Vaca que ríe*.

#### 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



**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](mailto:info@edasnut.es)