



## Receta de pastel de carne con crema de queso, un completo plato para personas mayores

25-10-2017

### LAS RECETAS PARA MAYORES DE BEL FOODSERVICE

Aquí os dejamos la receta de octubre ofrecida por Bel Foodservice para incorporar al menú de las residencias. El 'Pastel de carne con patata y crema de queso *La Vaca que ríe Fórmula Plus*' es un completo plato para las personas mayores por su completo aporte nutricional y muy aceptado por su sabroso gusto y su evidente facilidad para ser masticado y deglutido.

Esta receta de pastel de carne destaca por su alto aporte nutricional gracias a la variedad de ingredientes de los distintos grupos de alimentos que contiene. Entre ellos destaca la patata que, con su contenido en vitamina C, permite contrarrestar los efectos nocivos derivados del envejecimiento a nivel celular más visibles durante la ancianidad. Por su parte, la crema de queso *La Vaca que ríe Fórmula Plus* es rica en proteínas, calcio y vitamina D, nutrientes que han de ser vigilados durante esta etapa, dada la menor absorción que se puede observar por la reducción de la función intestinal propia de la edad. Por último, conviene mencionar la gran aceptación entre los mayores que acompaña al plato, con un sabroso gusto y una evidente facilidad para ser masticado y deglutido.

Image not found or type unknown



### PROCESO DE ELABORACIÓN

**Paso 1:**

– Limpiar y cortar la cebolla y dorarla en un sartén con aceite.

**Paso 2:**

– A continuación añadir la carne y freír hasta que toda esté bien dorada.

**Paso 3:**

– Añadir, posteriormente, el tomate frito y mezclar con el resto de ingredientes de la sartén. Reservar.

**Paso 4:**

– Mientras pelar, cortar y cocer las patatas en una cazuela hasta que estén bien cocidas.

**Paso 5:**

– A continuación triturar las patatas con parte del caldo de la cocción junto con la crema de queso *La Vaca que ríe Fórmula Plus*.

**Paso 6:**

– En una bandeja para horno colocar la carne picada con tomate y cubrir con el puré de patata y crema de queso *La Vaca que ríe Fórmula Plus*.

**Paso 7:**

– Añadir queso rallado en la superficie y hornear durante 10 minutos a 200 °C hasta que se dore la superficie.

**Paso 8:**

– Servir caliente.

## 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

- Receta de 'Ternera asada con salsa de verduras y crema de queso', especial para mayores
- Bizcocho casero con un plus de calcio, un postre ocasional para deleite de los mayores
- 'Tacos de atún encebollados con crema de queso La Vaca que ríe Fórmula Plus'
- Una porción de queso como contrapunto al sabor dulce de una compota de manzana
- Contra los radicales libres y la osteoporosis: 'Pimiento relleno de bacalao y crema de queso'
- Una delicia para las personas mayores: 'Porción de queso La Vaca que ríe Light con torrija'
- Para los mayores: 'Arroz cremoso de verduras con queso La Vaca que ríe Fórmula Plus'
- Para personas mayores: 'Crema de lentejas con crema de queso La Vaca que ríe Fórmula Plus'
- 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)