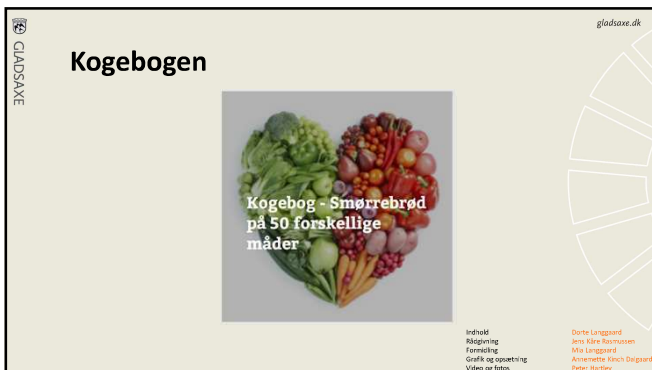


1



2



3

Smørrebrød – nemt og lækkert



gladsaxe.dk

4

Dyrlægens natmad



gladsaxe.dk

5

Visiterede borgere i Hjemmeplejen skal have pænt anrettet og velsmagende smørrebrød




gladsaxe.dk

6

Gode råd – smørrebrød til hverdag

Kødpålæg, fiskepålæg, vegetar og ost

- Brødkiven smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødkiven.
- Det er i pålægget (kød, fisk og æg), at proteinerne findes, så dæk gerne hele brødkiven med pålæg.
- Når brødet er dækket med pålæg og brødet ikke kan ses, giver det et flot stykke smørrebrød.
- Når der anrettes smørrebrød med våde elementer som sild og rævesovs/dildsovs, så kom det i små skåle for at undgå brødet bliver vådt.
- Skålene som anvendes i dette materiale, er stabelbare glasskåle med indvendige mål på henholdsvis 7 og 8½ cm.



7

Kødpålæg

Dyrlægens natmad

Pynt: Jernreben og sølvsild

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Leverpostej

Pynt: 100 g hakket selleri, æg, syltet æg og et agurkesalat

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Paté

Pynt: 100 g hakket selleri

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild



8

3 eksempler på kødpålæg

Kyllingepålæg

Pynt: 100 g hakket selleri, æg, syltet æg og et agurkesalat

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Spegepølse

Pynt: 100 g hakket selleri, æg, syltet æg og et agurkesalat

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild

Rullepølse

Pynt: 100 g hakket selleri, æg, syltet æg og et agurkesalat

Pålæg: 100 g hakket selleri / røget / sild + kaviar

Skåle: 100 g hakket selleri / røget / sild



9

Flere typer kødpålæg

Roastbeef
 Pynt: Røsmosede + røsmosede lag, Røsmosede + røsmosede lag, Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Karve, tomater

Sprængt oksebryst
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Tomater, agurk, korn

Skinke
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Karve, tomater, agurk

Frikadelle
 Pynt: Røsmosede
 Ekstra pynt: Agurksalat

Flæskesteg
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Røsmosede + røsmosede lag, Røsmosede
 Ekstra pynt: 1 liter agurkesalat, selleri, mandler

Sylte
 Pynt: Røsmosede
 Ekstra pynt: Røsmosede + røsmosede lag

gladsaxe.dk

10

Fiskepålæg

Marinerede sild
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Dill, selleri, korn

Karrysild
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Selleri, korn

Røget laks
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Dill, selleri

gladsaxe.dk

11

Fiskepålæg

Rejer
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Selleri, korn, dill

Fiskefrikadelle
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Selleri, dill, korn, agurk

Fischesalat
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Selleri, dill

Makrel i tomat
 Pynt: Røsmosede, Røsmosede
 Ekstra pynt: Selleri, dill, korn

gladsaxe.dk

12


Ser du detaljen? 



gladsaxer.dk

13

Vegetar/ost

 Kartoffel Pye: Majonesolie + 1/2 kg rødt eller hvidt Majonesolie + 1/2 liter olie Majonesolie + 1/2 liter Ekskypye: Tomat, kartof, grønt	 Skareost Pye: Pine, frugt Dyr: Ekskypye: Kulose	
 Æg Pye: Majonesolie + 1 liter Majonesolie + 1 liter Majonesolie + 1 liter Ekskypye: Pine, æg, kartof, kartof, agurk	 Brie Pye: Pine, frugt Dyr: Ekskypye: Kulose	
 Fruktalat Pye: Frukt, frugt Ekskypye: Majonesolie, kulose	 Danablu ost Pye: Majonesolie	

gladsaxer.dk

14

Pause



gladsaxer.dk

15

Udskåret smørrebrød

Brødet smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødskiven.

- Udskåret smørrebrød kan være med og uden skorpe. Spørg, hvad borgeren foretrækker.
- Skær brødet ud i den størrelse, borgeren foretrækker.
- Skær pålægget ud, så det passer i størrelsen og læg det pænt på hvert stykke af det udskårne brød.
- Pynten anrettes til sidst, så det står flot på hvert stykke.
- Alle slags smørrebrød kan anrettes udskåret. De efterfølgende billeder er eksempler til inspiration.
- Små indbydende stykker smørrebrød, skal nok give borgeren appetit til at spise.



gladsaxe.dk

16

Udskåret smørrebrød

Roastbeef
 Pynt:
 Remoulade + sprøde grø
 Remoulade + sprøde grø
 Remoulade
 Bløde pynt:
 Koriander, tomater

Marinerede sild
 Pynt:
 Koriander
 Alle sprøde grø
 Bløde pynt:
 Dild, tomater, korn

Danablu ost
 Pynt:
 Hvide sprøde grø



gladsaxe.dk


17

Hvor kommer ergoterapeuten ind i billedet?

Få hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til mad med blød konsistens. Blød kost er til borgeren med lette udfordringer til at tygge og synke maden.

Det kan være borgeren er svækket og ikke har kræfter til at spise mad med almindelig konsistens. Det kan være en borger med dårlig tandstatus.

Blød kost må ikke indeholde kerner, frø, nødder og hårde skorper, og skal være uden skind og stegeskorper. Alle ingredienser skal være naturligt bløde eller tilberedt, så de får en blød konsistens.




gladsaxe.dk

18

Inspiration til borgere på blød kost


- **Brød** uden kerner og skorpe.
- **Grød** som fx havregrød, risengrød eller gøllebrød.
- **Frukt og erønt** som kan moses med en gaffel, eller som er meget finthakket. Det yderste lag skal være uden skind og skræl.
- **Mælkeprodukter og bløde oste** som smøreost, hytteost og fx mozzarella.
- **Kød, fisk og æg**. Blødt kødpålæg i skiver, pølser uden skind, fars uden stegeskorper og pålægssalater. Blød fisk, rejer, dåsetun rørt med mayonnaise, æg som er kogte eller som rørræg/æggestand.
- **Dessert** skal være blød som fromage, is, mousse og frugtgrød med bløde stykker af frugt. Kager skal være ensartet i konsistensen som muffins eller mazarinkage.
- **Supper og ernæringsdrikke** uden hårdt eller trevlet fyld.
- De efterfølgende billeder er til inspiration. Der kan anrettes andre stykker, blot ovenstående råd følges.




gladsaxe.dk

19

Blød mad



- Røget laks**
Pynt: Paprika og citronsaft
Røget laks
- Fiskefrikadelle**
Pynt: Mayonaisse
Elektra pynt
Kunne være sødt
- Kartoffel**
Pynt: Mayonaisse
Elektra pynt
Kunne være sødt
- Finthakket skinkesalat**
Pynt: Mager finthakket purling
- Leverpostej**
Pynt: Sød
- Røget medister**
Pynt: Ketchup + mager finthakket salat



gladsaxe.dk

20

Gratin-smørrebrød

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden i ændrer til gratinkost.
- Gratin kost er til borgeren med nedsat tygge og synkefunktion, som har begrænset evne til at bearbejde maden i munden og med risiko for fejlsynkning.
- Gratin kost skal have en fin, blød, pureret og ensartet konsistens, som ikke må klister i munden.
- Gratin smørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på gratin smørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

TIL INSPIRATION


- Der kan suppleres med mayonnaise.
- En helt glat sky, uden fyld, kan også anvendes.



gladsaxe.dk

21

Gratin-smørrebrød



Kylling med karrymayonnaise
Pynt: Ananas

Leverpostej med rødbeder

22

Cremet smørrebrød

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden der ændres til kost med cremet konsistens.
- Smørrebrød med cremet konsistens er til borgere, som ikke kan bearbejde maden i munden. Kosten skal have en ensartet, tyk og cremet konsistens, som gør det muligt at suge maden i sig.
- Cremet kost skal være pureret uden noget som klumper eller trevler, og maden skal være fugtig og sammenhængende.
- Cremet smørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på cremet smørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

TIL INSPIRATION

- Der kan suppleres med mayonnaiser.



23

Cremet smørrebrød




Rugbrød med leverpostej og rødbeder

Rugbrød med kylling og ananas

24

Lune retter







- Et frokostmåltid kan være en lun ret i stedet for smørrebrød.
- Et frokostmåltid kan også være smørrebrød suppleret med en lun ret.
- Der er på de følgende billeder vist eksempler på lune retter, som kan serveres til borgerne på et frokostbesøg.
- Alle de viste eksempler er komponenter, som kan købes færdige og derfor kun kræver et minimum af tilberedningstid.




gladsaxe.dk

25

Lune retter

	Frikadelle m. kartoffelsalat Færdig Kartoffel Frikadelle Sødt agurk, løg		Karrysuppe Færdig Karry Hvidt brød Sødt agurk, løg, brød
	Piglet + kartoffelsalat Færdig Kartoffel Piglet Sødt agurk, løg		Kartoffel-porresuppe Færdig Kartoffel Porre Sødt agurk, løg, brød
	Tarteletter med tarteletfyld Færdig Kartoffel Hvidt brød		Tomatsuppe Færdig Tomat Hvidt brød Sødt agurk, løg, brød



gladsaxe.dk

26

Pynt - forvandler en mad til et stykke smørrebrød

På de næste sider kan du se billeder af de typer pynt, som er mest brugt når der fremstilles smørrebrød.

- Surt er en samlet betegnelse af de syltede ting, vi kan bruge, når smørrebrød skal pyntes. Det er f.eks. rødbeder, rødkål, asier, syltede agurker, agurkesalat, græskar og cornichoner.
- Når der pyntes med surt kan det med fordel lægges i en lille glasskål, hvis maden først skal serveres senere.
- Surt kan lægges på et stykke køkkenrulle for at droppe af for syltelage inden det lægges på maden. Dette gøres for at undgå at maden bliver våd og misfarvet.
- Når der pyntes med flere slags surt på et stykke mad, f.eks. rødkål og agurkesalat på en frikadellemad, så læg det flot helt tæt på hinanden og ikke oven på hinanden.
- Når du skærer eller klipper karse til pynt, så lav stikkene korte. Sæt karsen ned på maden så det ser ud til, at "de er vokset op der". Den skal ikke ligge på siden, så stilke er synlige. Det er den flotte grønne top, som skal ses.
- Når du pynter med karse, tomat og agurk oven på mayonnaise eller på en mayonnaisesalat, så sæt pynten oven på mayonnaise/salaten - og igen - tæt sammen.
- Se billederne igennem og lad jer inspirere.



gladsaxe.dk

27



28



29

gladsaxe.dk

Smørrebrød til fest

- Denne type smørrebrød er tidskrævende (ca. 10 min.) og forventes ikke at indgå i hverdagens frokostmåltider.
- Til festen eller den helt særlige dag, har vi fået hjælp fra James Price til at inspirere os, de pårørende og alle andre smørrebrødsentusiaster.
- James Price, som har stor passion for indbydende, smukt, velsmagende og ikke mindst veltilberedt smørrebrød, har givet os sin opskrift på 6 stykker smørrebrød til den helt særlige lejlighed.
- På de efterfølgende sider vil der, til hvert af de 6 stykker, vises et bræt med de anvendte ingredienser med en ingrediensliste under. Der vil være et billede af smørrebrødet med en beskrivelse til, hvordan man fremstiller hvert enkelt stykke.

30

Roastbeef med bearnaisemayo og sprøde løg gladsaxe.dk

3-4 skiver roastbeef
 1 stor spsk. mayonnaise
 2 dråber bearnaise essens
 1 lille spsk. finthakket estragon salt og peber
 Pynt: brøndkarse og ristede løg



1. Kom mayonnaisen i en lille skål. Smag til med bearnaise essens, estragon, salt og peber. Bearnaise-mayonnaisen må gerne have en frisk syre.
2. På et stykke smurt rugbrød lægges rigeligt med brøndkarse. Herefter skiver af roastbeef. En generøs bræmme bearnaise-mayonnaise lægges på og der drysses med ristede løg.

31

Så nåede vi til vejs ende for introen af kgebogen gladsaxe.dk



32
