



## Strawberry Nutri

**ENSURE Plus Jahoda** 220 ml  
smotana/smetana 50 ml  
jahody čerstvé/mrazené/mražené 230 g  
cukor/cukr 100 g  
vanilkový cukor/cukr

Jahody roztláčime, zmiešame s cukrom a smotanou, pridáme **ENSURE Plus jahoda** a pripravíme zmrzlinu.

Jahody rozmačkáme, smícháme s cukrom a smotanou, pridáme **ENSURE Plus jahoda** a pripravíme zmrzlinu.



## Choco Dream

**ENSURE Plus čokoláda** 220 ml  
smotana/smetana 80 ml  
čokoláda 200 g  
cukor/cukr 100 g

Smotanu ohrejeme, rozpustíme v nej cukor a polámanú čokoládu. Zmes ochladíme, zmiešame s **ENSURE Plus čokoláda** a pripravíme zmrzlinu. Časť čokolády možno nastrohať na záver do hotovej zmesi pripravenej na mrazenie.

Smetanu ohrejeme, rozpustíme v ní cukr a naľamanou čokoládu. Smes ochladíme, smícháme s **ENSURE Plus čokoláda** a pripravíme zmrzlinu. Časť čokolády lze ponechat stranou a nastrohať na záver do hotové směsi připravené k mražení.



## Vanilla Kiss

**ENSURE Plus vanilka** 220 ml  
smotana/smetana 240 ml  
cukor/cukr 140 g  
vanilkový struk/lusk

Smotanu zmiešame s cukrom, pridáme vanilkovú esenciu (vanilkový struk) a **ENSURE Plus vanilka** a pripravíme zmrzlinu.

Smetanu smícháme s cukrem, přidáme vanilkovou esenci (vanilkový lusk) a **ENSURE Plus vanilka** a připravíme zmrzlinu.



## Peach Time

**ENSURE Plus vanilka** 220 ml  
broskyne/broskve 300 g (čerstvé/zavárané/kompotované)  
cukor/cukr 70 g  
kôra z 1/2 citróna/kôra z citrónu 1/2  
vanilkový cukor/cukr

Olúpané broskyne rozmixujeme s cukrom, pridáme **ENSURE Plus vanilka**, strúhanú kôru z polovice chemicky neošetreného citróna, vanilkový cukor a pripravíme zmrzlinu.

Oloupané broskve rozmixujeme s cukrem, přidáme **ENSURE Plus vanilka**, strouhanou kôru z poloviny chemicky neošetřeného citrónu, vanilkový cukr a pripravíme zmrzlinu.



## Bananarama

**ENSURE Plus banán** 220 ml  
olúpané/oloupané banány 200 g  
cukor/cukr 50 g cukru  
citrónová šťava/šťáva 3 lyžičky/lžičky  
smotanový biely/smetanový biely jogurt 100 ml  
vanilkový cukor/cukr

Rozlačené banány zmiešame s cukrom a citrónovou šťavou, pridáme jogurt, **ENSURE Plus banán** a pripravíme zmrzlinu.

Rozmačkané banány smícháme s cukrem a citronovou šťavou, přidáme jogurt, **ENSURE Plus banán** a pripravíme zmrzlinu.



## Orange Garden

**PROSURE Plus pomaranč/pomeranč** 240 ml  
pomarančová šťava/pomerančová šťáva 100 ml  
2 pomaranče/pomeranče  
cukor/cukr 100 g  
šľahačka/slehačka 80 ml

Z olúpaných pomarančov použijeme iba dužinu, ktorú rozdelíme na malé kúsky, zmiešame s cukrom a pomarančovou šťavou. Po úplnom rozpustení cukru pridáme **PROSURE Plus pomaranč**, šľahačku a pripravíme zmrzlinu.

Z oloupaných pomerančů použijeme pouze dužinu, kterou rozdělíme na malé kousky, smícháme s cukrem, pomerančovou šťavou. Po úplném rozpustění cukru přidáme **PROSURE Plus pomeranč**, šlehačku a pripravíme zmrzlinu.



## Raspberry Touch

**ENSURE Plus Fiber malina** 220 ml  
maliny čerstvé/mrazené/mražené 230 g  
smotanový biely/smetanový biely jogurt 50 g  
cukor/cukr 100 g

Maliny rozmixujeme s cukrom. Ak nám prekážajú semenka z malín, zmes precedíme cez sitko. K získanej zmesi pridáme jogurt, **ENSURE Plus Fiber malina** a pripravíme zmrzlinu.

Maliny rozmixujeme s cukrom. Pokud nám vadí semínka z malin, směs procedíme přes sítko. K získané směsi přidáme jogurt, **ENSURE Plus Fiber malina** a pripravíme zmrzlinu.



## Forest Fruit Cocktail

**ENSURE Plus lesné ovocie/lesní ovoce** 220 ml  
lesné ovocie/lesní ovoce čerstvé/mrazené/mražené 230 g  
šľahačka/slehačka 100 ml  
med 1 lyžica/lžice

Lesné ovocie a med premiešame, ku zmesi pridáme vyšľahanú šľahačku, **ENSURE Plus lesné ovocie** a pripravíme zmrzlinu.

Lesní ovoce a med promícháme, ke směsi přidáme vyšlehanou šlehačku, **ENSURE Plus lesní ovoce** a pripravíme zmrzlinu.



## Tropical Dream

**ENSURE Plus vanilka** 220 ml  
tropické ovocie/ovoce (mango, papája, ananás/anas) 250 g  
cukor/cukr 50 g  
citrónová šťava/citrónová šťáva 2 lyžice/lžice  
smotana/smetana 50 ml

Citrónovú šťavu a cukor zmiešame s 200 g rozmixovaného tropického ovocia. Po úplnom rozpustení cukru pridáme **ENSURE Plus vanilka**, smotanu, zvyšok ovocia rozkrájaného na malé kúsky a pripravíme zmrzlinu.

Citrónovou šťavu a cukr smícháme s 200 g rozmixovaného tropického ovoce. Po úplném rozpustění cukru přidáme **ENSURE Plus vanilka**, smotanu, zbývající část ovoce rozkrájeného na malé kousky a pripravíme zmrzlinu.



## Pineapple Taste

**ENSURE Plus vanilka** 220 ml  
ananás/anas 250 g  
smotanový biely jogurt/smetanový biely jogurt 50 ml  
med 50 g  
citrónová šťava/šťáva 5 lyžičiek/lžiček

Kúsky ananásu zmiešame so šťavou z citróna a medom. Ku zmesi pridáme **ENSURE Plus vanilka** spolu s jogurtom a pripravíme zmrzlinu.

Kousky ananasu smícháme se šťavou z citrónu a medem. Ke směsi přidáme **ENSURE Plus vanilka** spolu s jogurtem a pripravíme zmrzlinu.



## Coffe Time

**PROSURE káva** 240 ml  
smotana/smetana 150 ml  
cukor/cukr 100 g  
instantná/inštatní káva 3 g  
3 vaječné žĺtky/žloutky

Žĺtky vymiešame s cukrom do peny, pridáme kávu, **PROSURE káva** a smotanu. Zmes dobre premiešame a pripravíme zmrzlinu.

Žloutky utřeme s cukrem do pěny, přidáme kávu, **PROSURE káva** a smotanu. Smes dobře promícháme a pripravíme zmrzlinu.



## Pistachio Surprise

**ENSURE Plus vanilka** 220 ml  
lúpané/vyloupané pistácie 80 g  
smotana/smetana 100 ml  
mlieko/mléko 100 ml  
cukor/cukr 50 g  
vanilkový cukor/cukr

Lúpané pistácie rozmixujeme s cukrom, pridáme smotanu, mlieko a **ENSURE Plus vanilka**, vanilkový cukor a pripravíme zmrzlinu.

Vyloupané pistácie rozmixujeme s cukrom, přidáme smotanu, mléko a **ENSURE Plus vanilka**, vanilkový cukr a pripravíme zmrzlinu.

**ENSURE Plus** sa výborne hodí aj na prípravu domácej zmrzliny. Stačí pridať čerstvé suroviny - smotanu, šľahačku, jogurt, tvaroh, pudíng, rôzne druhy ovocia, podľa chuti a fantázie. Základom zmrzliny je klinická výživa **ENSURE Plus** v rôznych príchuťoch alebo **ENSURE Plus vanilka**, ktorú možno kombinovať s ľubovoľnými prísadami.

Najjednoduchší spôsob prípravy domácej zmrzliny ponúkajú zmrzlinovače. Po zmiešaní ingrediencií sa zmes súčasne mieša a mrazí 50 minút a ponechá odpočinúť približne dve hodiny v mrazičke a je hotovo. Pri ručnej výrobe sa pripravená zmes vkladá do mrazičky aspoň na 10 hodín. Zmrzlinu je dobré počas mrazenia občas premiešať. Čím častejšie, tým lepšie, aby sa netvorili hrudky. Čím viac tuku zmrzlina obsahuje, tým je jemnejšia. Pridaním našľahanej smotany je zmrzlina viac načechnutá a lepšie sa aj porcuje. Doba mrazenia záleží aj na hustote mrazenej zmesi, hustejšia zmes tuhne kratšiu dobu.

Základná zložka zmrzliny **ENSURE Plus** dodáva mrazenej pochúťke kvalitné bielkoviny a spektrum vitamínov a minerálnych látok a navyše - zmrzlina chutí skvele.

**ENSURE Plus** sa výborne hodí i na prípravu domácej zmrzliny. Stačí pridať čerstvé suroviny - smotanu, šľahačku, jogurt, tvaroh, pudíng, rôzne druhy ovocia, podľa chuti a fantázie.

Základom zmrzliny je klinická výživa **ENSURE Plus** v rôznych príchuťoch alebo **ENSURE Plus vanilka**, ktorou lze kombinovat s libovolnými přísadami.

Nejjednodušší způsob přípravy domácí zmrzliny nabízejí zmrzlinovače. Po smíchání ingrediencií se směs současně míchá a mrazí 50 minut a ponechá odpočinout zhruba dvě hodiny v mrazáku a je hotovo. Při ruční výrobě se připravená směs vkládá do mrazáku aspoň na 10 hodin. Zmrzlinu během mražení je dobré občas promíchat. Čím častěji, tím lépe, aby se netvořily hrudky. Čím více tuku zmrzlina obsahuje, tím je jemnější. Přidáním našlehané smetany je zmrzlina více načechnutá a lépe se i porcuje. Doba mražení záleží i na hustotě mražené směsi, hustší směs tuhne kratší dobu.

Základní složka zmrzliny **ENSURE Plus** dodává mražené pochoutce kvalitní bílkoviny a spektrum vitamínů a minerálních látek a navíc - zmrzlina chutná skvěle.

Zmrzliny zobrazené v kalendári **ENSURE Plus Sila chute** boli pripravené v zmrzlinárni 2 AD s.r.o. Zmrzlina rodiny Hrivňákovcov v Tuchloviciach. Všetci, ktorí sa podieľali na príprave „zmrzlinového“ kalendára dospeli k jednoznačnému záveru, že žiadnu lepšiu zmrzlinu ich chuťové pohárky ešte neokusili ...

Zmrzliny zobrazené v kalendári **ENSURE Plus Sila chuti** byly pripraveny v zmrzlinárně 2 AD s.r.o. Zmrzlina rodiny Hrivňáků v Tuchlovicích. Všichni, kdo se podíleli na přípravě „zmrzlinového“ kalendáře dospěli k jednoznačnému závěru, že žádnou lepší zmrzlinu jejich chuťové pohárky ještě neokusili...



Štátne sviatky a Dni pracovného pokoja/  
Státní svátky a Dni pracovního klidu  
C = pouze Česká republika  
S = pouze Slovenská republika



Abbott Laboratories Slovakia, s.r.o.  
Karadžičova 10, 821 08 Bratislava  
Slovenská republika  
www.vyzivapacientov.sk

Abbott Laboratories, s.r.o.  
Evropská 2591, 160 00 Praha 6  
Česká republika  
www.vyzivapacienty.cz