

# Cuisinez des préparations mixées appétissantes, agréables visuellement et offrant un apport nutritionnel suffisant

Recettes de légumes et fruits, crus et mixés

Finis les potages et les compotes à chaque repas !

Réseau LINUT

50 recettes de légumes et fruits, crus et mixés  
À réaliser chez soi ou en collectivité

50 recettes de légumes et fruits, crus et mixés

- pour manger avec plaisir,
- faire le plein de vitamines,
- faciles à réaliser chez soi ou en collectivité.

# Comment cuisiner des préparations mixées appétissantes, agréables visuellement et offrant un apport nutritionnel suffisant ?

C'est pour répondre à cette question, souvent posée par les particuliers, les aidants familiaux, les professionnels ou encore les personnels de collectivité, que nous avons réalisé ce livre de 50 recettes de légumes et fruits, crus et mixés.

ou handicapées, de consommer des préparations en texture lisse, homogène, sans fil, ni grain, ni morceau. Ce type d'alimentation doit permettre de limiter les risques de fausses routes mais également couvrir les besoins des personnes, en énergie, en protéines, en vitamines et oligoéléments.

L'objectif de ce livre est de permettre aux personnes souffrant de troubles de mastication ou de déglutition, qu'elles soient âgées

Les repas doivent apporter une variété dans les préparations, respecter l'équilibre alimentaire, être quantitativement suffisants et gustativement agréables.

Ces 50 recettes peuvent également être réalisées pour le plaisir de chacun, lors d'un apéritif dînatoire, par exemple, ou comme composante d'un menu ; elles permettront alors d'apporter variété et originalité au repas de tous les convives.

Vous pouvez commander le livre à l'aide du formulaire ci-dessous.

Photos non contractuelles

## Bon de commande

Nom : ..... Prénom : .....

Etablissement : .....

Adresse : .....

CP : [ ][ ][ ][ ] Ville : .....

Tél. : [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] Fax : [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ]

E-mail : ..... @ .....

Désignation	Prix unitaire TTC	Quantité	Total TTC
50 recettes de légumes et fruits crus et mixés	29,90 €		
		Port	
		Total TTC	

Paiement par :

Chèque n° ..... Banque .....  
(À l'ordre de LINUT)

Mandat administratif  Virement bancaire le .....

Code banque : 19506 Code guichet : 00011 N° compte : 59003087451 Clé RIB : 80 BIC : AGRIFRPP895

RÉSEAU LINUT

Résidence L'Art du Temps - 16, rue du Cluzeau - 87170 ISLE - Tél. : 05 55 78 64 36 / Fax : 05 55 78 64 37  
Mail : [linut@wanadoo.fr](mailto:linut@wanadoo.fr) / [www.sante-limousin.fr/linut](http://www.sante-limousin.fr/linut)

Association loi 1901 - Siret 480 002 906 000 34 - APE 9499Z

## 50 RECETTES DE LÉGUMES ET FRUITS CRUS ET MIXÉS

Livre broché, 120 pages  
29,90 € TTC l'unité.

Port :  
1 à 2 ex. : 3,93 €  
3 à 5 ex. : 5,08 €  
6 et plus : 5,94 €

