

GELATINA:



A gelatina é extraída por hidrólise parcial do colágeno presentes nas peles, tendões e ossos de porcos, vacas e galinhas ou na pele e escama de peixes.

Por que é bom comer Gelatina?

- Na gelatina contém colágeno de origem animal, o qual ajuda na elasticidade e firmeza da pele.

• E no Tratamento Oncológico qual sua importância?

As gelatinas auxiliam no tratamento do câncer por serem consideradas um alimento de fácil digestão. Além disso esse alimento não prejudica o estômago dos pacientes em recuperação, são fontes de carboidratos e proteínas, fornecendo calorias necessárias na dieta.

• Como suplementação como devo ingerir?

Sempre consultar sua nutricionista , a gelatina ajuda a melhorar a adesão a suplementação .

São Manejos o qual são acrescentadas em vitaminas, sucos e suplementação, para aumentar o aporte calórico da porção alimentar .

• Tem alguma contra indicação para o paciente oncológico?

O excesso de consumo da gelatina, pode elevar o peso, e também os aditivos e edulcorantes pode levar a compulsão alimentar.

Por isso siga sempre o recomendado pela sua nutricionista. E de Preferência para o Agar-Agar

Colágeno vegetal, sem conservante.

Receitas Práticas: Sobremesa de Natal com gelatina

• GELADO DE ABACAXI COM GELATINA

Ingredientes (8 porções)



abacaxi médio cortado em cubos



1/2 xícara (chá) de açúcar



2 copos de água



1 lata de creme de leite



1 lata de leite condensado



1 envelope de gelatina sabor abacaxi

Modo De Preparo:

Prepare a gelatina sabor abacaxi como mostra no envelope, reserve.

Em uma panela coloque o abacaxi picado em cubos, a água e o açúcar.

Ferva uns 15 minutos e reserve.

No liquidificador, coloque o leite condensado, o creme de leite, a gelatina sabor abacaxi e bata bem, até ficar bem uniforme.

Incorpore o creme no abacaxi cozido, mexendo bem.

Em um refratário de vidro, coloque o creme pronto e leve ao refrigerador por 4 a 5 horas. Retire na hora de servir.



RECEITAS NATALINAS



GELATINA: Aliada ao tratamento do Câncer

ANDREIA RISSATI
VALESKA ZANETTI

NUTRICIONISTAS ONCOLÓGICAS

CRN 3-22.939
CRN 3-37.495



SOBREMESA DE MORANGO

Ingredientes (8 porções)

-  1 litro de leite
-  4 colheres (sopa) de amido de milho
-  2 gemas
-  1 lata de leite condensado
-  1 lata de creme de leite (com o soro)
-  1 caixa de morango (picados e passado no açúcar)
-  2 pacotes de gelatina de morango (com quatro colheres de açúcar)

MODO PREPARO:

- Leve ao fogo o leite, o amido de milho, as gemas e o leite condensado.
- Deixe engrossar e coloque o creme de leite.
- Mexe um pouco e desligue o fogo.
- Despeje em um refratário transparente.
- Prepare a gelatina, espere esfriar e -coloque em cima do creme.
- Adicione os morangos e leve para gelar por duas horas.



GELADO COLORIDO

Ingredientes (6 porções)

-  5 caixinhas de gelatina de diferentes sabores (eu usei limão, abacaxi, cereja, tutti-fruti e uva)
-  2 caixinhas de creme de leite (400 g)
-  1 lata de leite condensado
-  1 envelope de gelatina em pó sem sabor (incolor)

• MODO PREPARO:

- Prepare as gelatinas com sabor conforme explicado na embalagem, porém utilizando metade da água indicada (só 250 ml. Ferve 150 ml para misturar o pó e depois acrescenta mais 100 ml, fria, para cada uma).
- Deixe na geladeira até endurecerem (duas horas).
- No liquidificador bata o creme de leite junto com o leite condensado e a gelatina sem sabor hidratada como indica a embalagem (com 5 colheres de água e leva ao microondas por 15 segundos). Reserve
- Com uma faca corte as gelatinas em quadradinhos para formar cubos e coloque-as em uma vasilha. Despeje por cima o creme do liquidificador e misture devagar.
- Leve à geladeira por duas horas, pelo menos. Desenforme e sirva



VITAMINA DE GELATINA COM SUPLEMENTAÇÃO

Ingredientes (01 porção)

- 02 Colheres de sopa de Suplemento sem sabor
- 02 colheres de gelatina pronta sabor a desejar
- 01 copo leite (180 ml)

• MODO PREPARO:

- Bater tudo no liquidificador e servirem seguida Gelado

Observação: Suplementação indicado pelas Nutricionistas Oncológicas

