



Cocinando y
disfrutando

con:

PROWHEY
TRR



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR.
Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.



Cuchareable de mango y limón *pág.* 3-4

Mousse susurro tropical *pág.* 5-6

Paletas refrescantes *pág.* 7-8

Crema de ahuyama asada *pág.* 9-10

Malteada de piña *pág.* 11-12

Smoothie de maracumango *pág.* 13-14

Napoleón chocolatoso *pág.* 15-16



Cuchareable de mango y limón

Ingredientes



PROWHEY TRR

6 Cucharas medidoras rasas



3 cucharadas (30 ml) de agua helada



3 cucharadas (45 ml) de jugo de limón



70 g de mango refrigerado

Preparación

1. Pela y corta el mango cubos y exprime el jugo de limón.
2. En una licuadora agrega el mango, el jugo de limón, las cucharadas de agua y las 6 medidas rasas de PROWHEY TRR. Licúa hasta que integre todo y se forme una crema.
3. Pasa a un recipiente, decora con trozos o tajadas de mango.

Disfruta de una caricia al paladar con este manjar



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Información nutricional

1 porción de Cuchareable de mango y limón

Con PROWHEY TRR

Proteína 19.5 g	Carbohidratos 54 g	Fósforo 214 mg
Grasa 14 g	Energía 413 kcal	Potasio 10.5 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.



Mousse susurro tropical

Ingredientes



PROWHEY TRR
6 Cucharas medidoras rasas



100 ml de agua



4 cucharas de jugo de lulo
licuado sin adición de agua
(45 ml)



3 cucharadas (30 ml) de
jugo de limón



1 sobre de gelatina sin sabor
(7.5 g)

Preparación

1. En un recipiente pequeño agrega la gelatina sin sabor, adiciona $\frac{1}{4}$ del agua de la preparación (30 ml) y revuelve hasta integrar. Espera 3 minutos hasta que se hidrate y luego llévalo al microondas por 15 segundos.
2. En una licuadora agrega el jugo de lulo, el jugo de limón, el agua restante, la gelatina y las cucharas medidoras rasas de PROWHEY TRR, licúa hasta que se forme una consistencia cremosa.
3. Pasa a un recipiente y refrigera por al menos 4 horas.

Sirve y disfruta esta deliciosa crema y **permítete recordar tus momentos más felices**



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Información nutricional

1 porción de Mousse susurro tropical

Con PROWHEY TRR

Proteína 23 g	Carbohidratos 44 g	Fósforo 212 mg
Grasa 14 g	Energía 391 kcal	Potasio 7.7 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.



Paletas refrescantes (Maracuyá y yerbabuena)

Ingredientes



PROWHEY TRR
6 Cucharas medidoras rasas



3 cucharadas de jugo de maracuyá licuado sin agua y colado (30 ml)



100 ml de agua helada



4 hojas de yerbabuena



1 palito de madera o plástico

Preparación

1. En una licuadora adiciona el jugo de maracuyá, las hojas de yerbabuena y las 6 cucharas medidoras rasas de PROWHEY TRR, licua hasta integrar.
2. Sirve en un recipiente o molde de paleta, introduce el palito y lleva a congelación.

Disfruta en tu boca la deliciosa sensación de este refrescante helado



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Información nutricional

1 porción de Paleta refrescante

Con PROWHEY TRR

Proteína 19.2 g	Carbohidratos 43.7 g	Fósforo 210 mg
Grasa 14.2 g	Energía 378.5 kcal	Potasio 9 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.



Crema de ahuyama asada

Ingredientes



PROWHEY TRR

6 Cucharas medidoras rasas



1 trozo (100 g) de ahuyama madura



1/4 (20 g) de cebolla larga o cabezona



1/2 diente (1 g) de ajo



5 hojas (2 g) de albahaca fresca



80 ml de agua tibia



Pimienta y paprika al gusto



1 pizca de sal



1/2 cucharada (8ml) de aceite de oliva



Preparación

1. Retira la cascara del trozo de ahuyama, en un sartén a fuego medio dóralo hasta que se vea ligeramente quemado.
2. Corta en cuadros la cebolla y la ahuyama, tritura el diente de ajo.
3. En una olla a fuego medio pon a sofreír la cebolla en el aceite de oliva hasta que dore, agrega ajo, ahuyama, mezcla y cocina por 5 minutos.
4. Apaga, deja enfriar por dos minutos y pasa a una licuadora.
5. Adiciona el agua, albahaca, paprika, sal y pimienta. Licúa por un minuto o hasta que combinen todos los ingredientes y se forme una sopa.
6. Agrega las 6 cucharas medidoras de PROWHEY TRR y vuelve a licuar por 30 segundos.

Sirve y disfruta esta deliciosa crema y permítete recordar tus momentos más felices



Información nutricional

1 porción de Crema de ahuyama asada

Con PROWHEY TRR

Proteína 20.9 g	Carbohidratos 51.4 g	Fósforo 244mg
Grasa 22.4 g	Energía 478 kcal	Potasio 17 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.

Malteada de piña, limón y yerbabuena

Ingredientes



PROWHEY TRR
6 Cucharas medidoras rasas



50 g de piña en trozos



1 cucharada de jugo de limón (10 ml)



4 hojas de yerbabuena



100 ml de agua helada

Preparación

1. En una licuadora agrega la piña, yerbabuena, limón, agua y licúa por un minuto.
2. Agrega las 6 cucharas medidoras rasas de PROWHEY TRR y licúa por 30 segundos más.

Sirve en tu vaso favorito.
Es delicioso y refrescante.



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Información nutricional

1 porción de Malteada de piña, limón y yerbabuena

Con PROWHEY TRR

Proteína 19.2 g	Carbohidratos 47 g	Fósforo 210 mg
Grasa 14 g	Energía 389 kcal	Potasio 7.2 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.



Smoothie de maracumango (Mango y maracuyá)

Ingredientes



PROWHEY TRR

6 Cucharas medidoras rasas



30 g de mango sin cascara
(puedes elegir mango verde o maduro)



30 ml de jugo de maracuyá
sin agua y colado



30 ml de agua helada



3 cubos de hielo

Preparación

1. En una licuadora incorpora el mango, el jugo de maracuyá, el agua y los cubos de hielo, licua por 1 minuto.
2. Agrega las 6 cucharas medidoras rasas de PROWHEY TRR, licua hasta homogenizar

Sirve en un vaso y disfruta este delicioso batido que nos recuerda sabores de la infancia.



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

Información nutricional

1 porción de Smoothie de maracumango

Con PROWHEY TRR

Proteína 19.4 g	Carbohidratos 49 g	Fósforo 213 mg
Grasa 14 g	Energía 398 kcal	Potasio 10.1 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.



Postre Napoleón chocolatoso

Ingredientes



PROWHEY TRR
6 Cucharas medidoras rasas



100 ml de agua



2 unidades de galletas
ducales



1 cucharada de cocoa en
polvo (10 g)



1 sobre de gelatina sin sabor
(7.5 g)

Preparación

1. En un recipiente pequeño agrega la gelatina sin sabor, adiciona $\frac{1}{4}$ del agua de la preparación (30 ml) y revuelve hasta integrar. Espera 3 minutos hasta que se hidrate y luego llévalo al microondas por 15 segundos.
2. En una licuadora agrega el agua, la cocoa, la gelatina y las cucharas medidoras rasas de PROWHEY TRR, licúa hasta que se forme una consistencia cremosa.
3. En un recipiente deposita 1 galleta en el fondo y vierte la mitad de la mezcla, pon la otra galleta encima y agrega el resto, lleva a refrigeración por al menos 4 horas

Gózate este postre
sin remordimientos.



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY TRR. Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.

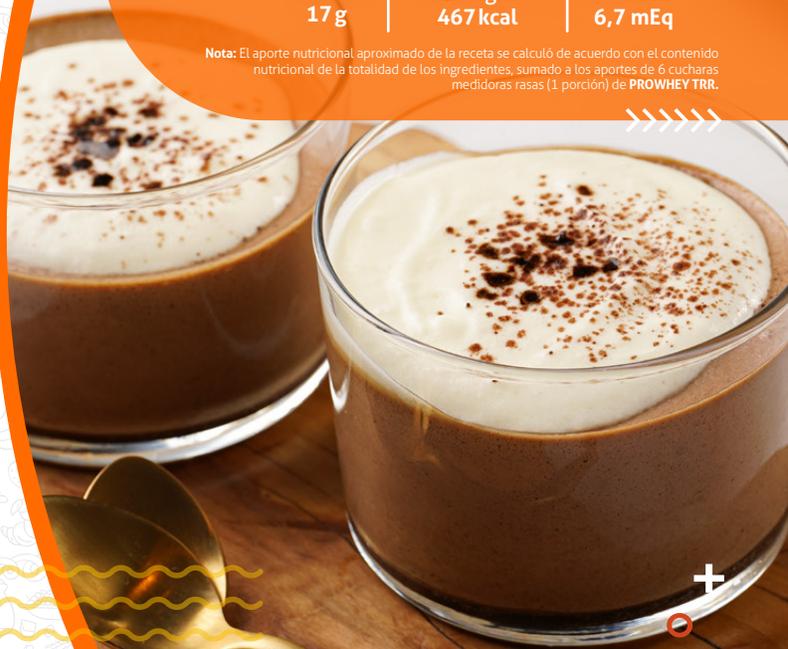
Información nutricional

1 porción de Postre Napoleón chocolatoso

Con PROWHEY TRR

Proteína 24 g	Carbohidratos 53 g	Fósforo 202 mg
Grasa 17 g	Energía 467 kcal	Potasio 6,7 mEq

Nota: El aporte nutricional aproximado de la receta se calculó de acuerdo con el contenido nutricional de la totalidad de los ingredientes, sumado a los aportes de 6 cucharas medidoras rasas (1 porción) de PROWHEY TRR.





Nutre la vida, cuida la función renal



Categoría Mipres: 1409

Encuentranos en:

droguerías
Colsubsidio

CAFAM

Cruz Verde +

Consulte su médico o nutricionista

Este producto es APME (Alimentos para propósitos médicos especiales)

PROWHEY TRR: Alimento para propósitos médicos especiales polimérico en polvo, hiperproteico e hipercalórico, a base de maltodextrina y proteína de suero de leche con aceites vegetales, vitaminas y minerales, para dar soporte nutricional oral o por sonda a adultos en terapia de reemplazo renal con desnutrición proteico calórica moderada o severa, o desgaste proteico energético, y que no logran cubrir sus necesidades nutricionales o demandas metabólicas con una alimentación normal o modificada. Con concentrado de proteína de suero de leche. **Registro Sanitario INVIMA RSA-0011559-2021**

AVISO LEGAL: Este documento es para uso informativo y educativo. Esta información no reemplaza la valoración del profesional de la salud ni la necesidad de decisiones clínicas adecuadas para cada caso, recuerde seguir las recomendaciones del equipo de profesionales que lo asisten. Los contenidos, el material gráfico, publicitario, fotográfico, de multimedia, audiovisual y de diseño, así como todos los signos distintivos en este documento son de propiedad de BOYDORR S.A.S., y están protegidos por derechos de autor y/o propiedad intelectual; por lo que su uso, reproducción, total o parcial, o distribución, por cualquier medio requiere autorización previa y escrita por parte de dicha sociedad.

Boydorr
NUTRITION FOR LIFE