

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig ausgearbeitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Kreative Ideenbörse Senioren – Rezeptideen für die Seniorenbetreuung

Sandra Zenz



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Seniorenbetreuung“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact

Rezeptideen für die Seniorenbetreuung

Rezept	Anleitung auf Seite
Frau Inges Sommerbowle	2–3
Willensstärke in der Tasse	4–5
Beruhigende Rinde: Der Zimt	6–7
Kartoffel-Süßigkeiten?	8–9
Ungewohnte Gaumenfreuden	10–11
Köstlich-leichter Engelskuchen	12–13
Sommergenuss: Sanfter Engel	14–15
Gegensätze schmecken	16–17
Zungenprickler	18–19
Froh und stark – mit Frühlingsquark	20
Schokoladige Kurzaktivierung: Frühlingskuss	21
Knusperfische	22–23
„Grinse-Gemüse“	24–25
„Kuchenberg“	26–27
Das schnellste Plätzchenrezept der Welt	28–29
Fingerfood zum Tee: britischer Birnen-Pie mit Zimt	30–32
Tee mit allen Sinnen	33–34
Leckere Käse-Spatzen	35–36
Walnussplätzchen für das Gehirn	37–40

Frau Inges Sommerbowle

Die fruchtig-herbe und verführerische Bowle aus der Geschichte „Frau Inge und der Schwips“ können Sie mit dem folgenden Rezept auch den Senioren in Ihrer Einrichtung anbieten – ein prickelnder Genuss für jedermann, ganz ohne Alkohol!

Rezept

- 2 Liter Ingwerlimonade aus dem Kühlschrank
- 50 ml Mango- oder Maracuja-Sirup
- 5 – 6 Limetten
- Obst nach Belieben

Zubereitung

Obst nach Wahl klein schneiden und in ein Bowle-Gefäß geben. Limetten auspressen und den Saft zu den Obststückchen gießen. Den Mango- oder Maracujasirup daraufgießen und anschließend mit der Ingwerlimonade auffüllen.

Varianten

- Das Getränk ist durch das Ginger Ale eher herb. Süßer wird es durch die Zugabe von Rohrzucker.
- Statt Sirup kann auch Saft verwendet werden (dann in einer entsprechend größeren Menge). Je nach Geschmack sind auch andere Fruchtsirups oder Fruchtsäfte geeignet!
- Je nach Wunsch und Teilnehmerkreis kann die alkoholfreie Variante natürlich mit Sekt ergänzt werden.
- Verwenden Sie das Obst entsprechend Ihrem Geschmack und Zeitbudget: fertig geschnitten aus der Dose, tiefgekühlt oder frisch aufgeschnitten



© irina – stock.adobe.com



Tipp:

Bereiten Sie die Früchte für die Bowle gemeinsam mit den Senioren vor! Dazu brauchen Sie entsprechend der Teilnehmerzahl ausreichend Messer, Schneidebrettchen und Einmalhandschuhe. Beachten Sie beim Einsatz von Lebensmitteln immer die allgemeinen und einrichtungsspezifischen Hygienevorschriften!

Durchführung

Wie die Geschichte „Frau Inge und der Schwips“ zeigt, kommt es nicht nur auf den Alkohol an! Der festliche Anlass, der süffige Geschmack nach Sommer, Süden und Sehnsucht sowie die schicke Darreichungsform im eleganten Glas machen ein Getränk und die Stimmung besonders. Servieren Sie deshalb diese leckere Bowle mit Stil in einem passenden Gefäß und in einem passenden Rahmen! Dazu eignet sich zum Beispiel ein lauer Sommerabend und – nicht anders als bei jungen Leuten – ein tanzbarer exotischer „Soundtrack“ (Frank Sinatra: „The girl from Ipanema“ / Caterina Valente: „Sag mir quando“ / Udo Jürgens: „Griechischer Wein“ / Manuela: „Schuld war nur der Bossa nova“ / Dean Martin „That’s amore“ / Nana Mouskouri: „Weiße Rosen aus Athen“ / Caterina Valente: „Ein Schiff wird kommen“ / Rex Gildo: „Speedy Gonzales“ / Doris Day: „Que sera sera“ / ...)



Tipp:

Viele dieser Lieder kann man im Internet auf bekannten Video-Plattformen gratis ansehen und anhören!

Willensstärke in der Tasse

Gute Vorsätze zum Jahreswechsel sind lobenswert, halten aber oft nicht lange. Die ersten brechen ihre Vorsätze bereits am Neujahrstag, andere nach ein paar Wochen. Weniger als die Hälfte zieht die selbstgesteckten Ziele dauerhaft durch. Der im nachfolgenden beschriebene Tee steigert mit Kräuterkraft Ihre Willensstärke und gibt Kraft und Klarheit, damit Sie Ihre wahren Ziele und Sehnsüchte für das neue Jahr erreichen!

Benötigte Utensilien

- Frische Brennnesseln (wahlweise getrocknet, entweder als lose Teemischung bzw. im Teebeutel)
- bei Bedarf ein Tee-Ei oder ein Sieb
- heißes Wasser
- Teekanne
- Tassen und Teelöffel entsprechend der Teilnehmerzahl
- bei Bedarf Zucker, Honig und Süßstoff

Durchführung

- Betrachten Sie gemeinsam die getrockneten Blätter und riechen Sie daran. Wer errät, um welche Pflanze es sich handelt? Berichten Sie von den willensstärkenden Eigenschaften der Brennnessel.
- Brühen Sie acht Teelöffel frische oder getrocknete Brennnesselblätter mit einem Liter kochendem Wasser auf und lassen Sie den Tee je nach gewünschter Intensität etwa zehn Minuten ziehen. Bereiten Sie den Tee alternativ mit dem Teebeutel entsprechend der Packungsanweisung zu.



© Hetizia – stock.adobe.com