



**HOPITAL D'ABBEVILLE
SERVICE DIETETIQUE
43 RUE DE L'ISLE
80142 ABBEVILLE
TEL : 03.22.25.52.29**

Hydratation : recette de l'eau gélifiée / épaissie

Recette de l'eau épaissie avec de la poudre d'agar-agar

- Diluer 2 à 4 g d'agar-agar dans un litre d'eau tiède
- Faire bouillir pendant 3 minutes et ajouter 250 ml de sirop (fraise, menthe...) au choix
- Faire refroidir le mélange dans des ramequins en les plaçant dans le compartiment glaçons du réfrigérateur pendant une demi-heure
- Stocker au réfrigérateur

Le stockage au réfrigérateur ne doit pas excéder 24 heures (au-delà jeter les préparations)

Recette de l'eau gélifiée avec de la gélatine

Ingrédients

- 500 cc d'eau
- 500 cc de jus de fruit
- 8 grandes feuilles de gélatines ou 16 petites feuilles

Mettre les feuilles de gélatine dans l'eau.
Chauffer jusqu'à dissolution.
Rajouter le jus de fruit.

Mettre au réfrigérateur

Recommandations pour garantir une bonne hygiène lors de la préparation de cette recette.

1/ Refroidir rapidement l'aliment en moins de 2 heures,

2/ Couvrir l'aliment,

3/ Avoir une date limite de consommation de 24 heures,

4/ Ne pas provoquer une rupture de la chaîne du froid sinon risque de danger microbiologique (contamination + multiplication),

5/ Pour une bonne gestion des quantités, il est préférable de réaliser cette opération avec de l'épaississant à froid trouvé en pharmacie, qui permet de gérer la texture, la souplesse, le goût et la quantité selon le besoin.