



Sûr de combler vos besoins nutritifs

Différentes façons de servir Ensure® Plus

Savourez Ensure Plus froid

Ensure Plus est meilleur lorsqu'il est servi froid dans un verre.

Essayez de le servir sur de la glace concassée ou diluez-le dans du lait entier.

Versez **Ensure Plus** dans des gobelets individuels. Placez un bâtonnet de café au centre de chaque gobelet et congelez-les pour faire de délicieuses sucettes glacées.

Dans un mélangeur, versez des fruits congelés et **Ensure Plus** et mélangez jusqu'à la consistance voulue.

Remplacez le lait par **Ensure Plus** dans vos céréales.



Sucettes glacées à saveur de crème à l'orange



Cocktail à l'orange (fuzzy navel)



Fouetté aux petits fruits

Savourez Ensure Plus chaud

Ajoutez **Ensure Plus** à votre infusion de café ou de thé.

Faites chauffer doucement **Ensure Plus** à saveur de chocolat et garnissez de crème fouettée ou de copeaux de chocolat (ne faites pas bouillir).

Ajoutez **Ensure Plus** à votre sauce au fromage, à votre soupe aux légumes ou à votre ragoût.



Soupe aux carottes et au gingembre



Chocolat chaud



Riz à la cannelle

Trouvez le moment de la journée le plus favorable pour vous et mangez plus à ce moment, même si c'est la première chose que vous faites en vous levant le matin.



Conseils pour savourer Ensure Plus® lorsque le manque de temps ou la maladie vous empêche d'avoir une alimentation équilibrée

Remplacez le lait par **Ensure Plus** dans vos recettes. Cela augmentera le contenu nutritionnel et énergétique de vos recettes. Par exemple :

- Ajoutez une boîte d'Ensure Plus à une boîte de soupe condensée.

Faites des pâtisseries avec Ensure Plus

Utilisez **Ensure Plus** pour préparer poudings, poudings au pain ou toute autre pâtisserie dans laquelle vous ajoutez normalement du lait.



Biscuits à la farine d'avoine



Gâteau aux pommes



Crêpes aux bleuets

Changez la saveur et la texture d'Ensure Plus!

- Ajoutez-y du caramel écossais ou du beurre d'arachide.
- Ajoutez-y des extraits ou des essences.
- Trop sucré? Ajoutez-y une pincée de sel†.
- Goût trop métallique? Servez-le dans un verre ou ajoutez-y une pincée de cannelle ou de muscade.

Pourquoi est-il important de consommer deux boîtes ou plus d'Ensure Plus par jour?

- Deux boîtes d'Ensure Plus procurent 710 calories, 26 g de protéines et une partie importante de l'apport quotidien recommandé (AQR) en vitamines, minéraux et autres nutriments importants.

Voici un moyen facile d'accroître votre apport alimentaire pendant la journée!

- Prenez la moitié d'une boîte d'Ensure Plus avec votre médicament le matin au lieu de prendre de l'eau, du café, du thé ou du jus.
- Prenez l'autre moitié de la boîte comme collation en après-midi ou juste avant d'aller vous coucher!

† Pour les personnes qui suivent un régime à faible teneur en sel, veuillez consulter votre professionnel de la santé avant d'ajouter du sel.

Ensure[®] Plus



www.AbbottNutrition.ca
Imprimé au Canada
©Laboratoires Abbott, Limitée
ENS/353F08-janv. 2008



Abbott
Nutrition