

INHALT

Grundlagen der Ernährung bei Dialyse	1
<i>Die Bedeutung von gesunder Ernährung für Dialysepatienten</i>	<i>1</i>
<i>Die Rolle der Nieren.....</i>	<i>3</i>
<i>Ursachen, Symptome und Diagnose einer Niereninsuffizienz</i>	<i>4</i>
<i>Die Bedeutung der Kontrolle von Natrium, Kalium, Phosphor und Flüssigkeitsaufnahme.....</i>	<i>5</i>
<i>Bedeutung von Bewegung und körperlicher Aktivität für Dialysepatienten.....</i>	<i>6</i>
<i>Stressmanagement und Entspannungsmöglichkeiten.....</i>	<i>7</i>
<i>Unterstützungssysteme für eine gesunde Lebensführung während der Dialyse.....</i>	<i>8</i>
<i>Einschränkungen und Empfehlungen für eine Dialyse-Diät – Lebensmittel im Überblick:.....</i>	<i>9</i>
<i>Ihre Einkaufsliste: Kochen während der Dialyse.....</i>	<i>11</i>
Frühstück	1
<i>Pikante Pfannkuchen</i>	<i>2</i>
<i>Heidelbeerquark.....</i>	<i>3</i>
<i>Rührei mit Tomaten</i>	<i>4</i>
<i>Buchweizenpfannkuchen mit Lachs.....</i>	<i>5</i>
<i>Hirseporridge.....</i>	<i>6</i>
<i>Beeren-Frühstück.....</i>	<i>7</i>
Salate	8
<i>Tortellinisalat.....</i>	<i>9</i>
<i>Italienischer Salat mit Nudeln.....</i>	<i>10</i>
<i>Kohlsalat mit Apfel.....</i>	<i>11</i>
<i>Gurkensalat</i>	<i>12</i>
<i>Frischer Mangosalat</i>	<i>13</i>
<i>Quinoa-Salat mit Rucola.....</i>	<i>14</i>

Suppen.....	15
<i>Sauerkrautsuppe</i>	16
<i>Kalte Gurkensuppe</i>	17
<i>Hühnersuppe mit Reis</i>	18
<i>Möhrensuppe</i>	19
<i>Kürbissuppe</i>	20
 Brot und Brötchen.....	 21
<i>Bambusbrot</i>	22
<i>Würziges Fladenbrot</i>	23
<i>Apfel-Brötchen mit Hagelzucker</i>	24
<i>Schnelles Dinkelbrot</i>	25
<i>Früchtebrot</i>	26
<i>Toastbrot</i>	27
 Hauptgerichte mit Fleisch & Geflügel.....	 28
<i>Schwäbische Schupfnudeln mit Kassler und Kraut</i>	29
<i>Roastbeef-Braten</i>	30
<i>Hähnchen Süßsauer</i>	31
<i>Bauernbrot-Burger</i>	32
<i>Hähnchen mit Blumenkohl und Sahnesoße</i>	33
<i>Saltimbocca</i>	34
 Hauptgerichte mit Fisch & Meeresfrüchten.....	 35
<i>Miesmuscheln</i>	36
<i>Matjes in Sahnesoße</i>	37
<i>Fischfrikadellen</i>	38
<i>Krosser Kabeljau mit Kartoffelsalat</i>	39
<i>Lachs mit Parmesankruste</i>	40
<i>Gedämpfter Fisch</i>	41

Vegetarische Hauptgerichte.....	42
<i>Frühlingsreis auf Spinat.....</i>	<i>43</i>
<i>Spitzkohlrisotto</i>	<i>44</i>
<i>Schnelle Tomaten-Nudeln.....</i>	<i>45</i>
<i>Herzhafte Pfannkuchen.....</i>	<i>46</i>
<i>Milchreis mit Kompott.....</i>	<i>47</i>
<i>Zucchini-puffer mit Radieschendip.....</i>	<i>48</i>
 Vegane Hauptgerichte	 49
<i>Überbackener Kartoffelstampf.....</i>	<i>50</i>
<i>Asiatisches Reisgericht</i>	<i>51</i>
<i>Petersilienkartoffeln</i>	<i>52</i>
<i>Vegane Frikadellen</i>	<i>53</i>
<i>Spätzlepfanne.....</i>	<i>54</i>
 Fingerfood & Snacks	 55
<i>Eingelegte Pflaumen.....</i>	<i>56</i>
<i>Gewürzplätzchen</i>	<i>57</i>
<i>Arme Ritter.....</i>	<i>58</i>
 Desserts	 59
<i>Rote Grütze.....</i>	<i>60</i>
<i>Butterkuchen.....</i>	<i>61</i>
<i>Birnen-Crumble mit Vanillesoße.....</i>	<i>62</i>
<i>Limonadenkuchen</i>	<i>63</i>
<i>Knuspertaler.....</i>	<i>64</i>
<i>Quarkmousse mit Honig</i>	<i>65</i>
<i>Erdbeer-Tiramisu</i>	<i>66</i>