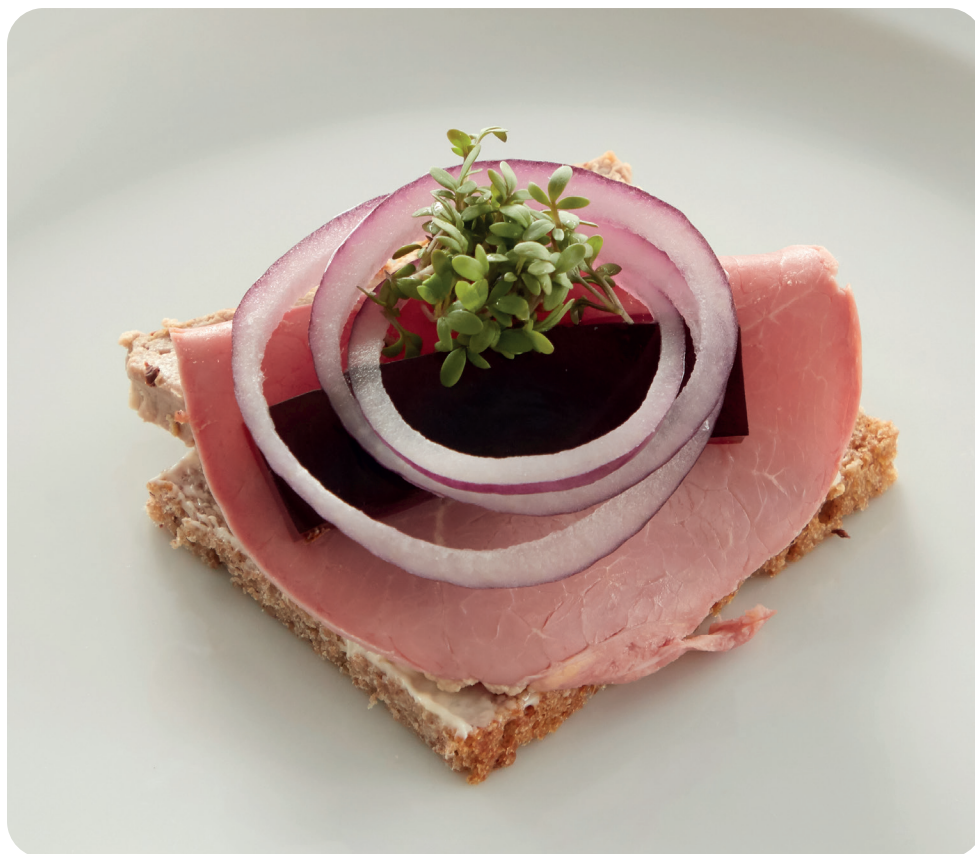


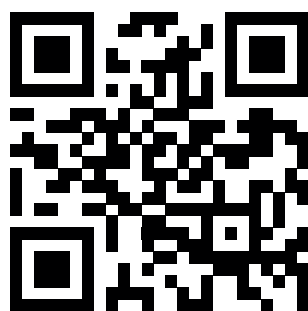


SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE



Dyrlægens natmad



www.gladsaxe.dk/smørrebrød



GLADSAXE



SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

PROJEKTGRUPPEN



Abeba Desta



Nejme Yusuf



Henning Vestbo



Arti Kumari



Karina Kreipe



Ayse Erdem



Susanne Østergaard



Christian Eddishaw

Stor tak til samarbejdspartnere; Supermarkedet INTERVARE, James Price og projektgruppen. Desuden tak til Jonna Langgaard, Bente Clausen og Center Kildegaarden, Vicky Egelund Hansen og Center Bakkegården, som alle har bidraget på forskellig vis.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FORORD

Vi har et ønske om, at alle borgere i Gladsaxe Hjemmepleje skal have pænt anrettet og vel-smagende smørrebrød. Et måltid er mere, end de kalorier man indtager. Et måltid er også det, man kan se og dufte, og hvordan maden serveres.

Formålet med håndbogen er, at vejlede til hvordan pålæg og pynt kan sættes sammen, så der kan serveres en god og indbydende frokost.

Ved hjælp af billeder illustreres forskelligt smørrebrød i kategorierne: Kødpålæg, fiskepålæg og vegetar/ost. Desuden vises smørrebrød med særlig konsistens, udskæring og lune retter.

Vi har været så heldige, at James Price har været med til at skyde dette projekt i gang, ved at komponere 6 stykker luksussmørrebrød til festlige lejligheder.

Håndbogen er tilegnet medarbejdere, der fremstiller smørrebrød til borgeren i eget hjem.



Projektleder Dorte Langgard og samarbejdspartner James Price

Stor tak til samarbejdspartnere; SUPERMARKEDET INTERVARE, James Price og projektgruppen. Desuden tak til Jonna Langgaard, Bente Clausen og Center Kildegaarden, Vicky Egelund Hansen og Center Bakkegården, som alle har bidraget på forskellig vis.



[www.gladsaxe.dk/
smørrebrød](http://www.gladsaxe.dk/smørrebrød)



GLADSAXE





SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

INDHOLDSFORTEGNELSE

Smørrebrød, hverdag.....	7
Kødpålæg	8
Fiskepålæg.....	12
Vegetar / ost.....	15
Smørrebrød, udskåret.....	17
Smørrebrød, blød mad	19
Smørrebrød, gratin	23
Smørrebrød, cremet	25
Lune retter	27
Pynt	31
Fest.....	35

Tekst og design: Dorte Langgaard

Fotograf: Peter Hartley, SUPERMARKEDET INTERVARE


Fotograf gratin og cremet smørrebrød: Anne-Li Engström. Billederne er fra Københavns Madservice's
Dysfagihåndbog

Grafik og opsætning: Mette Qvist Bach Mortensen, SUPERMARKEDET INTERVARE

Udgiver: Hjemmeplejen, Gladsaxe Kommune

Råvarer: SUPERMARKEDET INTERVARE

Marts 2020







SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

SMØRREBRØD, HVERDAG

Kødpålæg, fiskepålæg, vegetar og ost

- Brødskiven smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødskiven.
- Det er i pålægget (kød, fisk og æg), at proteinerne findes, så dæk gerne hele brødskiven med pålæg.
- Når brødet er dækket med pålæg og brødet ikke kan ses, giver det et godt stykke smørrebrød.
- Når der anrettes smørrebrød med våde elementer som sild og rævesovs/dildsovs, så kom det i små skåle for at undgå brødet bliver vådt.
- Skålene som anvendes i dette materiale, er stabelbare glasskåle med indvendige mål på henholdsvis 7 og 8½ cm.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

KØDPÅLÆG



Dyrlægens natmad

Leverpostej og saltkød

Pynt:

Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky + karse

Rå løg, (hakket eller i ringe)

Karse

Sky

Ekstra pynt:

Tomat



Leverpostej

Pynt:

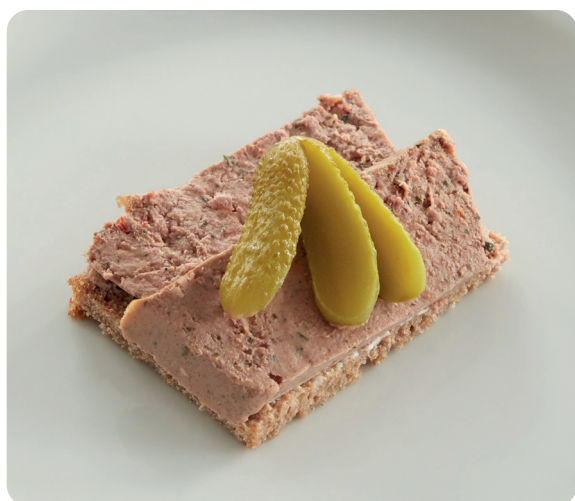
Surt: Rødbede, asie, syltet agurk el. agurkesalat

Sky + surt

Sky + frisk agurk

Ekstra pynt:

Bacon, smørstegte champignons



Paté

Pynt:

Cornichoner

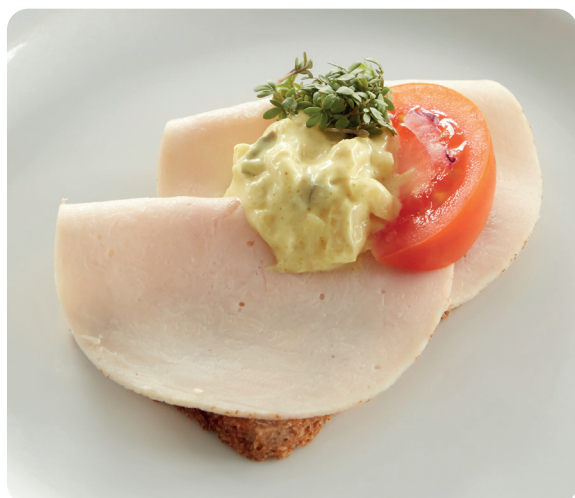
Ekstra pynt:

Rød peberfrugt i tynde strimler

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

KØDPÅLÆG



Kyllingepålæg

Pynt:

Karrymayonnaise + ekstra pynt

Alm. mayonnaise + ekstra pynt

Peberrodssalat

Ekstra pynt:

Bacon, tomat, agurk, karse, rød peberfrugt



Spegepølse

Pynt:

Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky

Rå løg, (hakket eller i ringe)

Remoulade + ristede løg

Ekstra pynt:

Karse, agurk



Rullepølse

Pynt:

Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky

Rå løg, (hakket eller i ringe)

Sky

Ekstra pynt:

Karse, tomat, agurk

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

KØDPÅLÆG



Roastbeef

Pynt:

Remoulade + ristede løg
Remoulade + agurkesalat
Remoulade + revet peberrod
Remoulade

Ekstra pynt:

Karse, tomat



Sprængt oksebryst

Pynt:

Pickles
Peberrodssalat

Ekstra pynt:

Tomat, agurk, karse



Skinke

Pynt:

Italiensk salat
Æggestand/røræg
Mayonnaise

Ekstra pynt:

Karse, tomat, agurk

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

KØDPÅLÆG



Frikadelle

Pynt:
Rødkål

Ekstra pynt:
Agurkesalat



Flæskesteg

Pynt:
Rødkål
Agurkesalat
Rødkål + agurkesalat

Ekstra pynt:
1 skive appelsin, sveske, mandarin



Sylte

Pynt:
Rødbede + sennep

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FISKEPÅLÆG



Marinerede sild

Pynt:

Karrysalat

Rå løg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:

Dild, tomat, karse



Karrysild

Pynt:

Dild

Rødløg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:

Tomat, karse



Røget laks

Pynt:

Rævesovs/dildsovs

Æggestand/røræg

Ekstra pynt:

Dild, tomat

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FISKEPÅLÆG



Rejer

Pynt:
Mayonnaise
Citron

Ekstra pynt:
Tomat, karse, dild



Fiskefrikadelle

Pynt:
Remoulade

Ekstra pynt:
Tomat, dild, karse, agurk



Fiskesalat

Pynt:
Tomat
Dild

Ekstra pynt:
Citron, dild

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FISKEPÅLÆG



Makrel i tomat

Pynt:

Mayonnaise

Ekstra pynt:

Citron, dild, karse



Henning Vestbo og James Price

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

VEGETAR / OST



Kartoffel

Pynt:

Mayonnaise + rå løg i ringe eller hakket

Mayonnaise + ristede løg

Mayonnaise + purløg

Ekstra pynt:

Tomat, karse, purløg



Æg

Pynt:

Mayonnaise + tomat

Mayonnaise + rejer

Mayonnaise

Ekstra pynt:

Purløg, dild, karse, kaviar, agurk



Frugtsalat

Pynt:

Frisk frugt

Ekstra pynt:

Hakket chokolade

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

VEGETAR / OST



Skæreost

Pynt:
Peberfrugt
Druer

Ekstra pynt:
Radisse



Brie

Pynt:
Peberfrugt
Druer



Danablu ost

Pynt:
Vindruer



SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

SMØRREBRØD, UDSKÅRET

- Brødet smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødsken.
- Udsåret smørrebrød kan være med og uden skorpe. Spørg, hvad borgeren foretrækker.
- Skær brødet ud i den størrelse, borgeren foretrækker.
- Skær pålægget ud, så det passer i størrelsen og læg det pænt på hvert stykke af det udsårne brød.
- Pynten anrettes til sidst, så det står flot på hvert stykke.
- Alle slags smørrebrød kan anrettes udsåret. De efterfølgende billeder er eksempler til inspiration.
- Små indbydende stykker smørrebrød, skal nok give borgeren appetit til at spise.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

UDSKÅRET



Roastbeef

Pynt:

Remoulade + ristede løg

Remoulade + agurkesalat

Remoulade + revet peberrod

Remoulade

Ekstra pynt:

Karse, tomat



Marinerede sild

Pynt:

Karrysalat

Rå løg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:

Dild, tomat, karse



Danablu ost

Pynt:

Halve vindruer



SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

SMØRREBRØD, BLØD MAD

Få hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til mad med blød konsistens. Blød kost er til borgeren med lette udfordringer til at tygge og synke maden.

Det kan være borgeren er svækket og ikke har kræfter til at spise mad med almindelig konsistens. Det kan være en borger med dårlig tandstatus.

Blød kost må ikke indeholde kerner, frø, nødder og hårde skorper, og skal være uden skind og stegeskorper. Alle ingredienser skal være naturligt bløde eller tilberedt, så de får en blød konsistens.

TIL INSPIRATION

- **Brød** uden kerner og skorpe.
- **Grød** som fx havregrød, risengrød eller øllebrød.
- **Frugt og grønt** som kan moses med en gaffel, eller som er meget finthakket. Det yderste lag skal være uden skind og skræl.
- **Mælkeprodukter og bløde oste** som smøreost, hytteost og fx mozzarella.
- **Kød, fisk og æg.** Blødt kødpålæg i skiver, pølser uden skind, fars uden stegeskorper og pålægssalater. Blød fisk, rejer, dåsetun rørt med mayonnaise, æg som er kogte eller som røræg/æggestand.
- **Dessert** skal være blød som fromage, is, mousse og frugtgrød med bløde stykker af frugt. Kager skal være ensartet i konsistensen som muffins eller mazarinkage.
- **Supper og ernæringsdrikke** uden hårdt eller trevlet fyld.
- De efterfølgende billeder er til inspiration. Der kan anrettes andre stykker, blot ovenstående råd følges.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

BLØD MAD



Røget laks

Pynt:

Rævesovs/dildsovs
Æggestand/røræg



Kartoffel

Pynt:

Mayonnaise

Ekstra pynt:

Karse uden stilk



Leverpostej

Pynt:

Sky

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

BLØD MAD



Fiskefrikadelle

Pynt:
Remoulade

Ekstra pynt:
Karse uden stilk



Finthakket skinkesalat

Pynt:
Meget finthakket purløg



Røget medister

Pynt:
Sennep + meget finthakket rødbede





SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

SMØRREBRØD, GRATIN

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden i ændrer til gratinkost.
- Gratinkost er til borgeren med nedsat tygge og synkefunktion, som har begrænset evne til at bearbejde maden i munden og med risiko for fejlsynkning.
- Gratinkost skal have en fin, blød, pureret og ensartet konsistens, som ikke må klistre i munden.
- Gratinsmørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på gratinsmørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

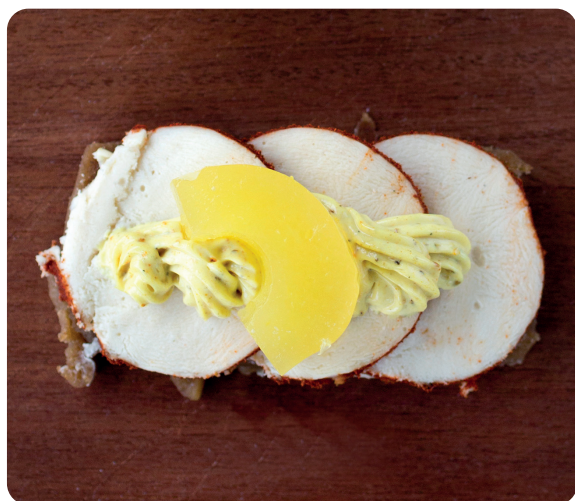
TIL INSPIRATION

- Der kan suppleres med mayonnaise.
- En helt glat sky, uden fyld, kan også anvendes.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

GRATINSMØRREBRØD



Kylling med
karrymayonnaise

Pynt:
Ananas



Leverpostej med rødbeder



SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

SMØRREBRØD, CREMET

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden der ændres til kost med cremet konsistens.
- Smørrebrød med cremet konsistens er til borgere, som ikke kan bearbejde maden i munden. Kosten skal have en ensartet, tyk og cremet konsistens, som gør det muligt at suge maden i sig.
- Cremet kost skal være pureret uden noget som klumper eller trevler, og maden skal være fugtig og sammenhængende.
- Cremet smørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på cremet smørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

TIL INSPIRATION

- Der kan suppleres med mayonnaise.



SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

CREMET SMØRREBRØD



Rugbrød med leverpostej
og rødbeder



Rugbrød med kylling
og ananas





SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

LUNE RETTER

- Et frokostmåltid kan være en lun ret i stedet for smørrebrød.
- Et frokostmåltid kan også være smørrebrød suppleret med en lun ret.
- Der er på de følgende billeder vist eksempler på lune retter, som kan serveres til borgerne på et frokostbesøg.
- Alle de viste eksempler er komponenter, som kan købes færdige og derfor kun kræver et minimum af tilberedningstid.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

LUNE RETTER



Frikadelle m. kartoffelsalat

Pynt:

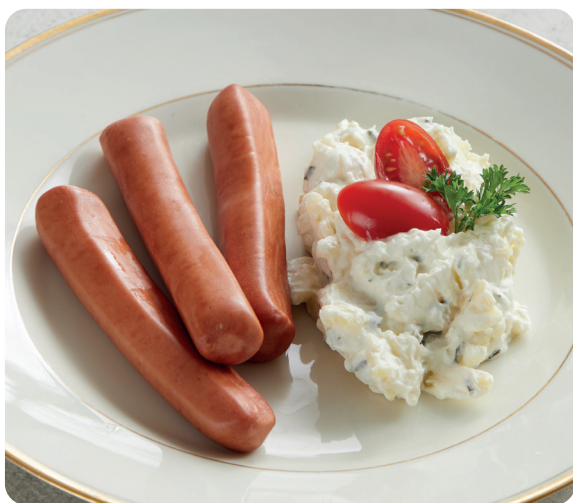
Tomat + purløg

Tomat

Purløg

Tilbehør:

Syltet agurk, brød



Pølser + kartoffelsalat

Pynt:

Tomat + purløg

Tomat

Purløg

Tilbehør:

Sennep, ketchup



Tarteletter med tarteletfyld

Pynt:

Hakket persille

Hakket purløg

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

LUNE RETTER



Karrysuppe

Pynt:
Hakket persille

Tilbehør:
Stegte kyllingestrimler, lyst brød



Kartoffel-porresuppe

Pynt:
Hakket purløg
Hakket forårsløg

Tilbehør:
Lyst brød, stegt bacon



Tomatsuppe

Pynt:
Finthakket persille

Tilbehør:
Lyst brød





SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

PYNT

Pynt forvandler en mad til et stykke smørrebrød

- På de næste sider kan du se billeder af de typer pynt, som er mest brugt når der fremstilles smørrebrød.
- Surt er en samlet betegnelse af de syltede ting, vi kan bruge, når smørrebrød skal pyntes. Det er f.eks. rødbeder, rødkål, asier, syltede agurker, agurkesalat, græskar og cornichoner.
- Når der pyntes med surt kan det med fordel lægges i en lille glasskål, hvis maden først skal serveres senere.
- Surt kan lægges på et stykke køkkenrulle for at dryppe af for syltelage inden det lægges på maden. Dette gøres for at undgå at maden bliver våd og misfarvet.
- Når der pyntes med flere slags surt på et stykke mad, f.eks. rødkål og agurkesalat på en frikadellemad, så læg det flot helt tæt på hinanden og ikke oven på hinanden.
- Når du skærer eller klipper karse til pynt, så lav stilkene korte. Sæt karsen ned på maden så det ser ud til, at "de er vokset op der". Den skal ikke ligge på siden, så stilke er synlige. Det er den flotte grønne top, som skal ses.
- Når du pynter med karse, tomat og agurk oven på mayonnaise eller på en mayonnaise-salat, så sæt pynten oven på mayonnaisen/salaten - og igen - tæt sammen.
- Se billederne igennem og lad jer inspirere.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

PYNT



Peberfrugt

Grøn peber i ringe

Gul peber i strimler

Rød peber i ringe



Salater og vindruer

Karrysalat

Frugtsalat

Italiensk salat

Peberrodssalat

Vindruer



Grønt

Purløg

Karse

Dild

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

PYNT



Citron og karse

Citronspringer/vredne citronskiver

Citronskiver

Citronbåde

Karse



Løg

Alm. løg i ringe

Hakkede alm. løg

Hakkede skalotteløg

Rødløg i ringe

Hakkede rødløg



Surt og peberrod

Pickles

Syltede agurker

Rødbede

Høvlet peberrod

Cornichoner

Rødkål

Agurkesalat

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

PYNT



Sky og tomat

Sky

Tomat

Rævesovs / dildsovs

Mayonnaise





SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST

- Denne type smørrebrød er tidskrævende (ca. 10 min.) og forventes ikke at indgå i hverdagens frokostmåltider.
- Til festen eller den helt særlige dag, har vi fået hjælp fra James Price til at inspirere os, de pårørende og alle andre smørrebrødsentusiaster.
- James Price, som har stor passion for indbydende, smukt, velsmagende og ikke mindst veltilberedt smørrebrød, har givet os sin opskrift på 6 stykker smørrebrød til den helt særlige lejlighed.
- På de efterfølgende sider vil der, til hvert af de 6 stykker, vises et bræt med de anvendte ingredienser med en ingrediensliste under. Der vil være et billede af smørrebrødet med en beskrivelse til, hvordan man fremstiller hvert enkelt stykke.



Smørrebrød og fest kan sagtens gå hånd i hånd

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



Røget skinke med aspargessalat

- 2-3 skiver kogt, røget skinke (afhængig af størrelsen - del evt. store skiver)
- 2 spsk. velafdryppede aspargessnitter
- 1 frisk grøn asparges
- 1/2 hakket hårdkogt æg
- 1 spsk. finthakket forårsløg
- ca. 2 spsk. mayonnaise
- salt og peber

Pynt: agurk- og tomatrytter

1. Knæk det nederste af den grønne asparges, som smides væk. Det øverste stykke snittes i meget tynde skiver.
2. Kom mayonnaisen i en lille skål sammen med de rå asparges i skiver, aspargessnitter, forårsløg og hakket æg. Bland godt sammen og smag til med salt og peber.
3. Smør et stykke rugbrød og belæg det generøst med skiver af skinke. Kom aspargessalat på og pynt af med agurk- og tomatryttere.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



Club-sandwich-mad

Dressing:

- 1 stor spsk. mayonnaise
- 2 tsk. ketchup
- et drys paprika
- 2 stænk engelsk sauce
- 2 stænk tabasco
- salt, peber og en anelse sukker

- 3-4 skiver kalkunbryst
- 2 stykker stegt bacon
- 4-5 skiver agurk, skåret tyndt
- 2-3 skiver moden tomat, skåret tyndt
- sprøde salatblade

Pynt: fintklippet purløg

1. Bland alle ingredienser til dressing i en lille skål. Smør en skive rugbrød og belæg det med salatblade. Læg agurkeskiver derpå, så skiver af kalkunbryst, et par skefulde dressing, så tomatskiver og endelig baconskiver. Drys med purløg.
2. Dette stykke kan også serveres på ristet brød.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



Roastbeef med bagnaïse mayo og sprøde løg

- 3-4 skiver roastbeef
- 1 stor spsk. mayonnaise
- 2 dråber bagnaïse essens
- 1 lille spsk. fint hakket estragon
- salt og peber

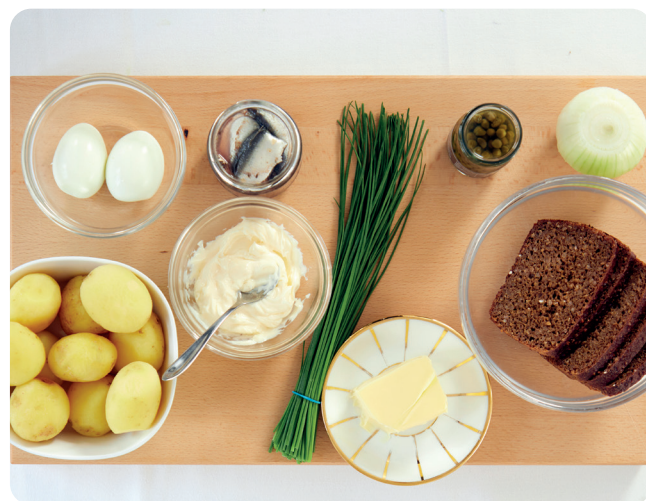
Pynt: brøndkarse og ristede løg

1. Kom mayonnaisen i en lille skål. Smag til med bagnaïse essens, estragon, salt og peber. Bagnaïse mayo'en må gerne have en frisk syre.
2. På et stykke smurt rugbrød lægges rigeligt med brøndkarse. Herefter skiver af roastbeef. En generøs bræmme bagnaïse mayo lægges på og der drysses med ristede løg.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



“Snapsemad”

- 2 kogte kartofler
- 1 hårdkogt æg
- 4 “søde” ansjoser i olie
- 1 spsk. mayonnaise
- 1 spsk. finthakket rå løg
- 1 spsk. klippet purløg
- 1 tsk. kapers
- rugbrød og smør

1. Det smurte rugbrød belægges højt med skiftevis kartoffel og æggeskiver. Læg ansjoserne på tværs af smørrebrødet.
2. Herefter pyntes af med en bræmme mayonnaise samt et rundhåndet drys af rå løg, kapers og purløg.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



Røget torskerognssalat

- 2-3 spsk. hakket, røget torskerogn (gerne fra en fiskeafdeling, men ellers på dåse)
1/2 avocado i fine tern
1 lille spsk. finthakket skalotteløg
1 spsk. purløg
1 spsk. finthakket bladselleri
2 spsk. mayonnaise
1 spsk. creme fraiche
salt og peber

Pynt: dild, citronrytter og salatblade

1. Bland alle ingredienserne i en skål og smag til med salt og peber.
2. Et stykke rugbrød smørres med smør og belægges med sprøde salatblade.
3. Læg et generøst lag torskerognssalat på og pynt af med 2-3 dildkviste og en citronrytter.
4. Dette stykke ville også være godt med ristet brød.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

FEST



Frikadellemad med hjemmelavet kartoffelsalat

- 1 frikadelle (gerne hjemmelavet, men ellers friskstegt fra supermarkedet)
- 2 kogte kartofler
- 1 finthakket forårsløg
- 1 lille spsk. finthakket syltet agurk
- 1 lille spsk. finthakket bladselleri
- 1 spsk. finthakket persille
- 1 tsk. kapers
- 1 stor spsk. mayonnaise
- 1 spsk. creme fraiche
- salt og peber
- Pynt:** karse

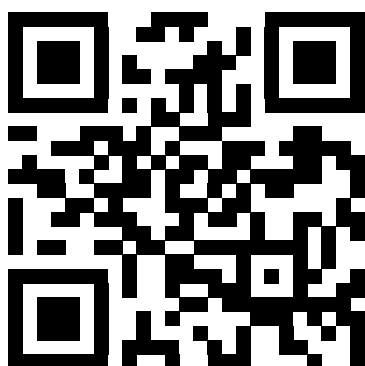
1. Skær kartofflen i helt små tern og bland den sammen med de øvrige ingredienser.
2. Smag til med salt og peber. Justér evt. mængden af mayonnaise til konsistensen er passende. Læg skiver af frikadelle på et smurt stykke rugbrød.
3. Kom et par generøse skefulde kartoffelsalt oven på og drys med rigeligt karse.

SMØRREBRØD

HÅNDBOG FOR PLEJEPERSONALE

HELE MATERIALET OMKRING SMØRREBRØD KAN SES:

Via denne QR-kode:



Eller på:

www.gladsaxe.dk/smørrebrød

Her ligger også 10 små film, som viser eksempler på fremstilling af:

- Et stykke Dyrlægens natmad
- Et stykke almindeligt hverdagssmørrebrød
 - Et stykke blød smørrebrød
 - Et stykke udskåret smørrebrød
- 6 forskellige stykker festsmørrebrød