

## Frühlingsrezept für Peritonealdialysepatienten



**Dr. Angela Jordan**

Diplom-Oecotrophologin, Grebenstein  
[www.ernaehrungswissen.net](http://www.ernaehrungswissen.net)

### Saltimbocca vom Landhuhn auf Zucchini-Estragon-Gemüse und Kartoffelpüree

Rezept für 4 Portionen

#### Zutaten:

##### Saltimbocca:

2 Poulardenbrüste am Knochen  
 4 Scheiben Parmaschinken oder luftgetrockneten Schinken  
 4 Blatt Salbei frisch  
 Salz, Pfeffer

##### Zucchini-Estragon-Gemüse:

500 g kleine Strauchtomaten      1/2 Zwiebel  
 600 g Zucchini                      1/2 Bund Estragon  
 25 ml Balsamessig

##### Kartoffelpüree:

1 kg Kartoffeln                      2 getrocknete Tomaten  
 60 ml Milch                          1/2 Bund Salbei  
 60 ml Olivenöl                      Salz, Pfeffer (weiß), Muskatnuß



#### Zubereitung:

##### Saltimbocca:

Die Poulardenbrüste vom Knochen lösen, mit Salbeiblättern belegen und den Schinken um die Filets wickeln. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne goldbraun anbraten. Auf einem Backblech im Ofen bei 130 Grad für ca. 25 Minuten fertig garen.

##### Zucchini-Estragon-Gemüse:

Strauchtomaten waschen häuten und vierteln. Die Zucchini längs vierteln, entkernen und klein schneiden. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in Öl anschwitzen. Zucchini und Tomaten hinzugeben. Mit etwas Balsamessig ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse mit klein geschnittenen Estragonblättern dekorieren. Tip: Wer mag, kann das Gemüse mit Knoblauch verfeinern.

##### Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser ca. 45 Minuten weich kochen, die Tomaten ca. 5 Minuten mitkochen, das Wasser danach abgießen und die Würfel mit zum Beispiel einer Kartoffelpresse zerkleinern. Milch mit Olivenöl aufkochen und unter die Kartoffelmasse geben. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuß abschmecken. Nicht zu viel rühren es besteht die Gefahr, daß das Püree klumpig wird. Zum Schluß die klein geschnittenen Salbeiblätter unterziehen.

##### Anrichten:

In der Mitte des Tellers einen Dessertring aus Edelstahl plazieren. Kartoffelpüree einfüllen (ca. 100 g). Darüber das Zucchini-Estragon-Gemüse geben (ca. 150 g). Den Dessertring entfernen. Das Saltimbocca in Streifen schneiden, auf das Gemüse setzen. Mit Estragonzweigen verzieren.

Eine Portion enthält: 282 kcal    Eiweiß 38 g    Fett 6,5 g    Kohlenhydrate 16 g    Kalium 1051 mg  
Phosphor 366 mg    Phosphor-Protein-Verhältnis 10    Broteinheiten 1,3

**Bitte beachten Sie die Besonderheiten der Ernährung bei PD**

Die Ernährungsempfehlungen sind bei der Peritonealdialyse (PD) etwas anders als bei der Hämodialyse (HD).

**Die Rezepte für PD-Patienten sind deshalb in der Regel nicht für HD-Patienten geeignet.**

- Die Zufuhr von Elektrolyten (vor allem Kalium) kann bei der PD in der Regel etwas großzügiger gehandhabt werden. Viele PD-Patienten haben sogar eher niedrige Kaliumspiegel im Blut (Hypokaliämie). Hinsichtlich der Phosphatzufuhr ist jedoch auch hier Zurückhaltung geboten.
- Auch die Einschränkungen bei der täglichen Trinkmenge sind bei der PD oftmals geringer als bei der HD.
- Allerdings gibt es für PD-Patienten eine etwas höhere Empfehlung zur Eiweißzufuhr, da bei diesem Verfahren mehr Eiweiß verloren geht als bei der HD. Es sollten deshalb täglich 1,2 bis 1,5 Gramm Eiweiß pro Kilogramm Körpergewicht zugeführt werden, um die Verluste auszugleichen.
- Die Empfehlungen zur Energiezufuhr sind für beide Therapien identisch, bei der Bauchfelldialyse ist jedoch zu beachten, daß durch den Glukosegehalt der Dialyselösungen täglich circa 300 bis 700 kcal zusätzlich aufgenommen werden. Diese müssen bei der Energiekalkulation berücksichtigt werden.

Viel Freude bei der Zubereitung und guten Appetit!

Weitere Rezepte und viele interessante Informationen finden Sie in der dreimal jährlich erscheinenden Broschüre „In Balance – Genußvolle Rezepte für Peritonealdialyse-Patienten“, zu beziehen durch Fresenius Medical Care GmbH, Marketing PD, Kontakt: [jannik.peters@fmc-ag.com](mailto:jannik.peters@fmc-ag.com).