

FINGERFOOD

Fingerfood bedeutet die direkte Nahrungsaufnahme von der Hand zum Mund. Die Nahrung ist ausgewogen in der Zusammenstellung und für Personen gedacht, die aus psychischen und physischen Gründen nicht mehr mit Messer, Gabel und Löffel essen können. Die Speisen müssen bezüglich der Konsistenz und Größe einfach von der Hand zum Mund geführt werden können.

Essen von Hand mag für viele unserer Kulturmitglieder einen unangenehmen Nebengeschmack haben. So mag das Essen von Hand als unzivilisiert gelten. Gerade alte Menschen, die schon manche ihrer Fähigkeiten verloren haben, sollen nicht dazu genötigt werden, das gelernte Besteckessen mit „unzivilisiertem“ Fingeressen ersetzen zu müssen. Es stellt sich andererseits die Frage, ob das Fingeressen nicht dem Füttern durch andere vorgezogen werden sollte. Durch die oftmals „lieblose Fütterung“ in einem unangemessenen Tempo wird der dementiell erkrankte Mensch einem Säugling gleich gesetzt, der nicht in der Lage ist, selbstständig zu essen. Fingerfood ist ein guter Ansatz, um die Lust und Fähigkeiten am Essen zu erhalten. Außerdem kann durch das Betasten der Speisen ein weiterer Sinn gefördert werden, was zu einer Bereicherung der Lebensqualität des kranken Menschen führen kann.

Tipps für die Einführung von Fingerfood:

- Die Darreichung des Fingerfood muss den noch verbliebenen Fähigkeiten der Hand beziehungsweise der Finger des Bewohners angepasst werden. Größe, Konsistenz und Lebensmittelauswahl von Fingerfood sind dem entsprechend anzupassen. Die kleinen Fingerhappen müssen so zubereitet werden, dass sie mit einem Handgriff aufgenommen werden können. Sie dürfen nicht größer sein als höchstens zwei Bissen. Da man die Häppchen von Hand greift, dürfen sie nicht zu heiß, zu klebrig, zu weich, zu hart oder zu brüchig zubereitet werden.
- Die Akzeptanz für Fingerfood als Brotmahlzeit zum Frühstück und als Snacks ist in den meisten Fällen schon vorhanden. Daher ist bei der Einführung von Fingerfood zu empfehlen, diese zunächst zum Frühstück und als Zwischenmahlzeit (Schmankerl für Zwischendurch) zu servieren. Wichtig ist, dass alle Bewohner einer Wohngruppe Fingerfood erhalten, um diese Form der Nahrungsaufnahme für den folgenden Verzehr am Esstisch gängig zu machen.
- Ohne einen erheblichen Mehraufwand für die Küche und mit ein wenig Einfallsreichtum kann jede Komponente eines Menüs Fingerfood-tauglich gemacht werden.

Normales Menü	Fingerfood-Menü
Haferflockensuppe	Haferflockensuppe über Müsli gebacken
Rinderroulade	Rinderrouladen-Rondellen Sauce in der Espresso-Grasse servieren
Kartoffelauflage	Kartoffelbrei-Taler leicht gebraten
Geschmortes Rotkraut	Geschmortes Rotkraut in Kohlblätter gerollt
Schokoladengröße	Waffel-Windbeutel mit Schokoladensahne

FINGERFOOD

Hack und Wurst

Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
Mettbällchen, 20 g	188 45	nicht teilen	
Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein, 80 g	759 182	in 4 St. teilen	
Rinderfrikadelle, 50 g	412 99	in 2 St. teilen	
Saitenwürstchen vom Schwein, 40 g	458 111	in 2 St. teilen	
Hackfleischröllchen "Balkan Art", teilweise fein zerkleinert, 30 g	311 75	in 3 St. teilen	
Herzhafte Rostbratwurst, 60 g	724 175	in 6 St. teilen	erst nach der Abkühlung schneiden

Vom Schwein

Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
Schweineschnitzel, paniert, 80 g	745 178	in 8 St. teilen	
Mini-Hacklets (vom Schwein), 10 g	101 24	nicht teilen	
Feine Bratwurst vom Schwein, 90 g	1100 266	in 2 St. teilen	
Bratwürstchen "Fränkische Art" (Schwein), 20 g	261 63	nicht teilen	
Rindsbratwürstchen (Rind + Kalb), 45 g	468 113	in 2 St. teilen	
Pfannenkrüstchen "Gärtnerin", 50 g	325 90	in 4 St. teilen	nur bedingt geeignet, Konsistenz zu weich
Schweinerückenschnitzel, paniert, 150 g	1397 333	in 2-4 St. teilen	

FINGERFOOD

Geflügel

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Geflügelfrikadelle, 50 g	381 91	in 6 Stck. teilen	
	Geflügelwurst, 40 g	394 95	in 4 Stck. teilen	
	Geflügel- Cocktailwürstchen, 15 g	147 35	nicht teilen	
	Chicken Nuggets (geformt), 20 g	148 35	nicht teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Paniertes Putenschnitzel, 60 g	603 143	in 4 Stck. teilen	
	Paniertes Truthahnschnitzel, 120 g	902 215	in 8 Stck. teilen	
	Geflügel-Gemüse- Dippers, 20 g	148 35	in 2 Stck. teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

Fisch


	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Fischnuggets, 22 g	169 36	nicht teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

Gemüse

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Grüne Bohnen "natur", 150 g	255 62	Max. 4 cm lange Stücke	
	Rosenkohl, 150 g	363 87	unterschiedlich große Stücke	
	Brokkoli „naturell“ (ungewürzt), 150 g	170 41	unterschiedlich große Stücke	
	Brokkoli „naturell“, 150 g	308 74	unterschiedlich große Stücke	

FINGERFOOD

Rösti und Bratlinge

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Gemüsestäbchen, paniert, 80 g	234 56	in 4 Stck. teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Brokkolirösti, 80 g	438 105	in 6 Stck. teilen	Nur bedingt geeignet, Konsistenz zu weich
	Gemüserösti, 80 g	383 91	in 4 Stck. teilen	Nur bedingt geeignet, Konsistenz zu weich
	apetito Weizen-Gemüse-Herz, 60 g	481 115	in 4 Stck. teilen 	evtl. mit einer Soße, da etwas zu trocken* Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

*Dip

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Zwiebel-Speck-Dip			

Beilagen

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Kartoffel-Quark-Ecke, 50 g	273 65	in 3 Stck. teilen	
	Kartoffelklöße, 25 g	158 32	in 2 Stck. teilen	
	Kartoffelspalten, 15 g	91 22	nicht teilen	
	Ofenkartoffel Kräuter-Frischkäse		in 2-3 Stck. teilen	
	Schupfnudeln		nicht teilen	
	Pommes Dauphine		in 2 Stck. teilen	
	Wellenschnittpommes		nicht teilen	kalt nur bedingt geeignet Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Kartoffelkroketten, 15 g	150 35	nicht teilen	
	Reibekuchen "Hausfrauen Art", 60 g	384 91	in 2 Stck. teilen	
	Gnocchi		nicht teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

FINGERFOOD

Pizzen und Snacks

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Elsässer Flammkuchen, 300 g	3099 744		
	Bruschetta-Variationen (Spinat, Salami), 38 g	-	in 2 Stck. teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Mozzarellasticks 30 - 35 g	441 105	in 2 Stck. teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Mini-Steinofenpizza „Hawaii“			Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

Süßspeisen und Pfannkuchen

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Quarkkälchen, 70 g	507 120	in 3 Stck. teilen	
	Kaiserschmarren		unterschiedlich große Stücke	
	Kartäuser Klöße (Hefeteig), 50 g	677 148	in 2 Stck. teilen	
	Pfannkuchen "natur", 60 g	475 144	Aufrollen und in 3-4 Stck. teilen	für süße oder herzhaft Füllungen geeignet
	Eieromelette "natur", 130 g	884 212	Aufrollen und in 4-6 Stck. teilen	für süße oder herzhaft Füllungen geeignet
	Vollkornpfannkuchen "natur", 60 g	653 155	Aufrollen und in 3-4 Stck. teilen	für süße oder herzhaft Füllungen geeignet Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente

FINGERFOOD

Gebäck

	Bezeichnung	KJ/ Kcal	Portionierung	Bemerkung
	Quadro-Haselnuss-Schnitte, 20 g	466 112	in 4 Stck. teilen	Beschränkt geeignet, da keine traditionell bekannte Komponente
	Wiener Waffeln, 33 g	362 87	in 8 - 10 Stck. teilen	
	Mini-Gebäckmischung (Berliner, Schnecken, Krapfen), 28 g	-	in 4 Stck. teilen	Nur bedingt geeignet wegen der Zuckerhülle
	Mini-Baguette, 60 g	592 139	in 4 - 6 Stck. teilen	
	Apfelküchle in Teig, 35 g	258 62	in 2 Stck. teilen	sehr weiche Konsistenz
	Mini-Muffins-Sortiment (Schoko und Zitrone) 11 g	-	nicht teilen	das Papier entfernen
	Geschnittener Butterkuchen	-	nach Bedarf	