

## Mettre en valeur les textures

Certaines personnes éprouvent des difficultés à consommer certaines textures d'aliments. Il devient alors nécessaire d'hacher ou de mixer les aliments. Mais ces textures modifiées ne doivent pas rimer avec uniformité car la texture d'un aliment contribue aussi au plaisir gustatif.

Variez ainsi les plaisir en agrémentant et présentant différemment ces nouvelles textures dans vos plats !



### QUELLES TEXTURES

- **Haché** : l'aliment protéique (viande, poisson, oeuf) est haché pour faciliter sa consommation
- **Mixé** : les trois groupes d'aliments (l'aliment protéiné, les féculents et les légumes) sont mixés en une texture homogène, compacte et sans morceaux (ni grains, ni pépins)
- **Liquide** : l'alimentation est exclusivement fluide, liquide.



## CONSEILS PRATIQUES

- **Texture** : ajoutez un gélifiant (agar-agar, pectine, gomme de guar...)
- **Mettre en valeur** : utilisez des emportes-pièces, des poches à douilles, des moules en silicone et une vaisselle adaptée (bols, verrines, cuillères à dégustation)
- **Varié les couleurs** : composez les repas avec des aliments de couleurs différentes
- **Relevez les plats** : épicez les aliments à texture modifiée comme d'habitude
- **Pour les textures liquides** : utilisez des contenants différents (bols, verres, tasses, verrines...)