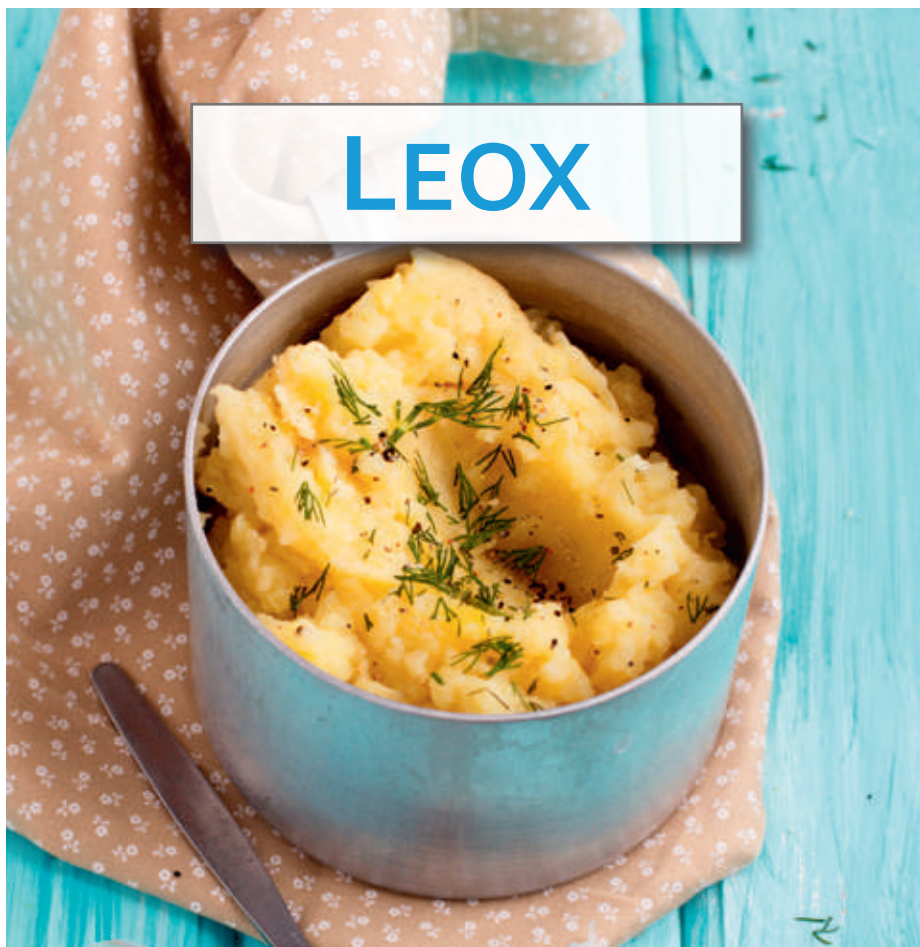




# Extrait du *Livret de recettes*



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

# LEOX

**Leox** est une préparation en poudre saveur neutre développée spécifiquement pour répondre aux besoins nutritionnels particuliers liés à la **fonte musculaire** touchant les **personnes dénutries** ou à **risque de dénutrition**. Elle est destinée à enrichir l'alimentation quotidienne des **personnes âgées dénutries**. Il s'agit d'une **Denrée Alimentaire Destinée à des Fins Médicales Spéciales** (DADFMS). L'utilisation de **Leox** nécessite le conseil d'un professionnel de santé.



**Leox** apporte **20 g de protéines** par dose journalière. Cette quantité est de l'ordre de celles ayant démontré des **effets positifs** sur la **fonction musculaire** ou l'**état nutritionnel** du sujet âgé. Il s'agit de protéines de **haute valeur biologique** (indice chimique = 125). L'indice chimique supérieur à 100 de **Leox** traduit sa **richesse en acides aminés essentiels**. Ceux-ci sont nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme mais ne peuvent pas être synthétisés par ce dernier ; ils doivent être apportés par l'alimentation en quantité suffisante. Consommé dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain, **Leox** participe à l'atteinte des besoins nutritionnels en acides aminés essentiels. En particulier, une portion de 25 g de **Leox** apporte **4 g de leucine**.

Grâce à la présence d'**antioxydants** (vitamines C, E, manganèse, zinc, sélénium) et de **micronutriments d'intérêt** (vitamines B, D et magnésium) en déficit chez la personne âgée, la formule de **Leox** en fait un produit particulièrement adapté à la **prise en charge de la composition protéique**. Son goût nature vous permet d'en profiter en accompagnement de toutes vos recettes !

Il convient de conserver **Leox** dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière. Après utilisation, refermez le pot, et consommez-le dans le mois qui suit l'ouverture.

Bon appétit !

## Avis important

**Leox** ne peut constituer la seule source d'alimentation. Il ne peut être utilisé par voie parentérale. Il ne convient pas aux besoins nutritionnels des enfants ou adolescents.

Ce produit ne se substitue pas à une alimentation variée, équilibrée et à un mode de vie sain.

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

# Purée de courgette au chèvre frais



## L'info Nutrition de Solveig :

*Tout se mange dans les végétaux bio. Ainsi, la peau des courgettes, qui contient une bonne partie des vitamines et sels minéraux, peut se consommer. Associée au fromage frais, la purée de courgette n'en devient que plus onctueuse !*



Pour 2 personnes



Préparation : 10 minutes



Cuisson : 10 minutes



Ingrédients :

- 2,5 cuillères doseuses de **Leox**
- 2 petites courgettes (bio de préférence)
- 1 cuillère à soupe de fromage de chèvre frais
- 1 brin de persil plat ciselé



## Préparation :

- Lavez les courgettes et coupez-les en dés sans enlever leur peau.
- Les cuire dans une casserole avec un fond d'eau (2 mm) légèrement salée, à l'étouffée et à couvert.
- Une fois cuites (la pointe d'un couteau s'enfonce facilement), mixez avec le fromage, **Leox** et le persil.
- Servez chaud.