

LUPINEN PROTEIN WAFFLE

Pulver zur Herstellung einer Waffel mit Eiweiß und Vanille Geschmack. Mit Süßungsmittel.

Milcheiweiß kombiniert mit pflanzlichem Eiweiß aus der Lupine, angereichert mit Weizen- und Eiprotein in der Geschmacksrichtung Vanille. Die Waffel ist reich an Eiweiß.

ZUTATEN

Milcheiweißkonzentrat (43%), **Weizenmehl**, **Volleipulver** (15%), **Hühnerei-Eiweißkonzentrat** (8%), **Lupinenproteinkonzentrat** (2%), Aroma Vanille, Säureregulator Citronensäure, Backtriebmittel Natriumhydrogencarbonat, Süßungsmittel Sucralose.

Es können Kreuzreaktionen mit Allergenen aus Sojabohnen, Erdnüssen, grünen Bohnen und Erbsen auftreten.

	1 PORTION (20g)	NRV*	2 PORTIONEN (40g)	NRV*
Calcium	75,4 mg	9%**	150,8 mg	19%
Vitamin B2	0,12 mg	9%**	0,24 mg	17%

*NRV = Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen gemäß EU-Lebensmittelinformationsverordnung
 ** Eine weitere Aufnahme aus anderen Quellen wird empfohlen.



SOJAFREI



VEGETARISCH



OHNE
ZUCKERZUSATZ

Ohne Zuckerzusatz. Enthält von Natur aus Zucker.

LUPINE

Die Lupine ist eine Gattung der Familie der Schmetterlingsblütler und eine Quelle für pflanzliche Proteine. Die Bohnen sind reich an Proteinen und enthalten Ballaststoffe.

EIPROTEIN

Eiprotein liefert alle neun essentiellen Aminosäuren und ist daher als vollständige Proteinquelle anerkannt.

MILCHEIWEIß

Lupinen Protein Waffle enthält Milchproteinkonzentrat.

ZUBEREITUNG

- 1 Schalten Sie Ihr Waffeleisen ein und lassen Sie es vorheizen. Füllen Sie den Messlöffel bis zur Markierung mit Pulver (20g).
- 2 Mit ca. 50 ml Milch oder Wasser mischen und gut mit einem Schneebesen verrühren.
- 3 Das vorgeheizte Waffeleisen mit Butter oder Pflanzenöl leicht einfetten. Die Mischung in die Mitte des Waffeleisens gießen, um die Waffel zu formen. Die Waffel goldbraun backen, ca. 3 - 4 Minuten.

Wir empfehlen 1 - 2 Waffeln am Tag.

NÄHRWERTE	PRO 100g	PRO PORTION (20g)
Energy	1710 kJ 405 kcal	342 kJ 81 kcal
Fett	9,9 g	1,98 g
davon gesättigte Fettsäuren	4,0 g	0,8 g
Kohlenhydrate	24,9 g	4,98 g
davon Zucker	3,8 g	0,76 g
Ballaststoffe	1,2 g	0,24 g
Eiweiß	54 g	11 g
Salz	1,29 g	0,26 g

Geschlossen, kühl und trocken lagern. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind bedeutsam.

Den Beutel nach jedem Gebrauch sorgfältig verschließen. Dieser Beutel ist aluminiumfrei. Ein Messlöffel inklusive.



RECYCELN

