

Bio Protein-Pflanzenpulvermischung für die Zubereitung eines Proteinshakes

Der Raab Bio Protein Shake *Pur* ist rein pflanzlich und basiert auf einer Kombination aus Erbsen- und Reisprotein. Vervollständigt wird die Mischung durch Spinatpulver. Der Shake ist zurückhaltend im Geschmack und universell einsetzbar.

Der Shake enthält 78 % pflanzliches Protein. Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse und zur Erhaltung von Muskelmasse bei.

Zutaten: 47,5 % Erbsenproteinpulver*, 47,5 % Reisproteinpulver*, 5 % Spinatblattpulver* (*aus kontrolliert biologischem Anbau)

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNG AUF EINEN BLICK:



20 g (2 EL)
Protein Pulver



300 ml
Pflanzendrink / Milch



Durchmischen
und genießen!

20 g (entspricht 2 EL) des Pulvers mit 300 ml Pflanzendrink oder Milch mixen. Besonders empfehlenswert ist Haferdrink.

Für eine verbesserte Durchmischung und Cremigkeit kann ein Stand- oder Stabmixer verwendet werden.

Hinweis: Kann Spuren von **Sellerie** enthalten.

Die oben genannten positiven Wirkungen treten bereits ab einem Verzehr von täglich 20 g Raab Bio Protein Shake *Pur* ein. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Farbe und Geschmack können variieren, da es sich um ein Naturprodukt handelt, das jahreszeitlichen Schwankungen unterliegt.

Füllhöhe technisch bedingt.

Foto: © www.larissa-guenther.com / © wumue | stock.adobe.com
© dianazh, © Alasdairjames | www.istockphoto.com

e 500 g



Serviervorschlag

Protein Shake

Pur

aus Erbsen- und Reisprotein
und Spinat

reich an
Protein
78%

25 x

von Natur aus
vegan

500 g Pulver



Qualität seit 1989
Raab Vitalfood

Nährwerte ²	pro 100 g	pro 20 g ¹
Energie	1687 kJ / 399 kcal	337 kJ / 80 kcal
Fett	5,4 g	1,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,4 g	0,3 g
Kohlenhydrate	8,3 g	1,7 g
davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g
Ballaststoffe	2,5 g	< 0,5 g
Eiweiß	78 g	16 g
Salz	0,79 g	0,16 g

Aminosäuren (Auszug) ²	pro 100 g	pro 20 g ¹
Alanin	4,0 g	0,8 g
Asparaginsäure	8,1 g	1,6 g
Arginin	6,3 g	1,3 g
Cystein + Cystin	1,2 g	0,2 g
Glutaminsäure	13,5 g	2,7 g
Glycin	3,3 g	0,7 g
Histidin	1,8 g	0,4 g
Isoleucin	3,5 g	0,7 g
Leucin	6,6 g	1,3 g
Lysin	4,3 g	0,9 g
Methionin	1,5 g	0,3 g
Phenylalanin	4,4 g	0,9 g
Prolin	3,5 g	0,7 g
Serin	3,9 g	0,8 g
Tryptophan	1,0 g	0,2 g
Threonin	2,9 g	0,6 g
Tyrosin	3,5 g	0,7 g
Valin	4,5 g	0,9 g

¹entspricht einer Portion / ²für Pulver, unzubereitet

Diese Verpackung enthält 25 Portionen.

von Natur aus **glutenfrei**

von Natur aus **laktosefrei**

Hergestellt in Deutschland.

Vor Licht und Wärme geschützt, trocken und gut verschlossen lagern.

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck Boden

Raab Vitalfood GmbH | Rudolf-Diesel-Str. 10 | 85296 Rohrbach
Germany | www.raabvitalfood.com | Tel. +49 (0)8442 95 63 0



DE-ÖKO-001
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

