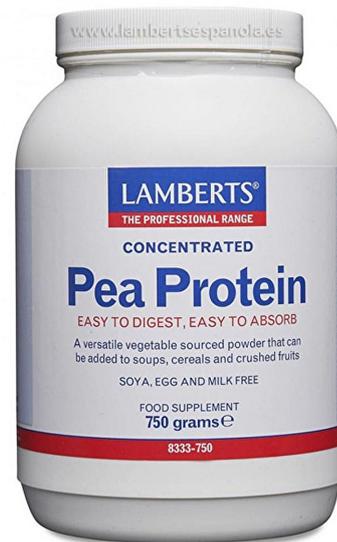


## Protéine de Pois 750 g

EAN: 5055148403478 FABRICANTE: LAMBERTS



*Protéine de pois jaune. Protéine hautement soluble et donc facile à digérer et à absorber.*

### LA DESCRIPTION

LAMBERTS<sup>®</sup> Pea Protein, comme son nom l'indique, est un produit qui contient des protéines obtenues à partir de pois jaunes. Grâce à un ingénieux processus d'extraction et de purification, la protéine est concentrée depuis le niveau normal de 6% présent dans les pois frais, jusqu'aux 80% contenus dans notre produit.

Ce processus unique produit une protéine hautement soluble et donc facile à digérer et à absorber.

Nous avons spécifiquement choisi les pois comme source de protéines car leur profil en acides aminés est excellent.

Les acides aminés sont utilisés par l'organisme pour fabriquer des protéines.

Les protéines sont essentielles à la formation des cellules et sont également liées à la structure biochimique des hormones, des enzymes, des neurotransmetteurs et des anticorps.

Les acides aminés sont classés comme essentiels ou non essentiels.

Les acides aminés essentiels ne peuvent pas être synthétisés dans l'organisme et doivent être obtenus par l'alimentation, tandis que les acides aminés non essentiels, bien que très importants pour la santé, peuvent être synthétisés dans l'organisme et ne sont donc pas classés comme « essentiels ».

La protéine de pois a de nombreuses utilisations car elle ne contient pas de blé, de gluten, de produits laitiers, d'œufs, de soja et de produits d'origine animale.

Il est sans sucre et a une saveur légèrement salée qui le rend utile pour être mélangé aux soupes et aux ragoûts.

Il peut également être mélangé à des fruits comme la banane pour faire un smoothie aux fruits.

Il peut être utilisé par toute personne qui, par exemple, se remet d'une maladie et/ou a un faible appétit.

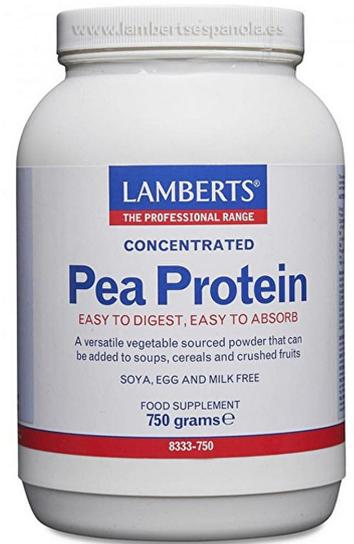
**Poudre de couleur crème. Isolat de protéine de pois :**



## Protéine de Pois 750 g

EAN: 5055148403478

FABRICANTE: LAMBERTS



| Informations nutritionnelles | Par 100g            | Pour 20g            |
|------------------------------|---------------------|---------------------|
| Énergie                      | 1 579 kJ/378 Kcal   | 315,8 kJ/75,6 Kcal  |
| Protéines                    | 80g                 | 16g                 |
| Glucides                     | 2g                  | 0,4g                |
| dont sucres                  | 0g                  | 0g                  |
| Graisses                     | 5,5g                | 1,1g                |
| dont saturés                 | 1,2g                | 0,24g               |
| Sel                          | 2,20g               | 0,44g               |
| Phosphore                    | 1 127 mg (161%VNR*) | 225,4mg (32,2%VNR*) |
| Fer                          | 29 mg (207%VNR*)    | 5,8 mg (41,4% VNR*) |

\*VNR= Valeurs nutritionnelles de référence.

Acides aminés par dose de 20 g :

|                  |       |               |       |
|------------------|-------|---------------|-------|
| Alanine          | 0,66g | Lysine        | 1,26g |
| Arginine         | 1,24g | Méthionine    | 0,12g |
| Acide aspartique | 1,72g | Phénylalanine | 0,8g  |
| Cystéine         | 0,2g  | Proline       | 0,54g |
| Acide glutamique | 2,4 g | Sérine        | 1,3g  |
| Glycine          | 0,56g | Thréonine     | 0,54g |
| Histidine        | 0,3g  | Tryptophane   | 0,12g |
| Isoleucine       | 0,76g | Tyrosine      | 0,64g |
| Leucine          | 1,32g | Valine        | 1,02g |

Convient aux végétariens et végétaliens et sans lactose ni gélatine.

### Remarque sur les allergènes

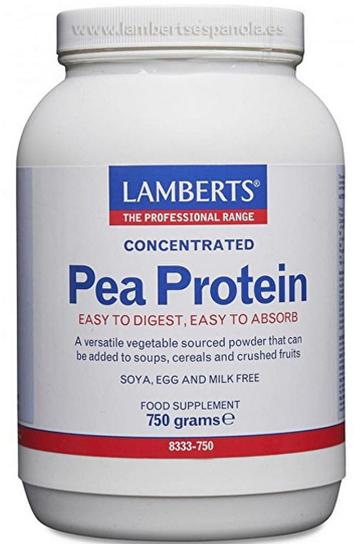
Prix valables sauf modifications sur notre site internet. (IVA/TVA) incluse. Doc. Version bf-trf-G-20241222  
<https://bio-farma.es/acheter/flamberts/proteine-de-pois-750-g>



## Protéine de Pois 750 g

EAN: 5055148403478

FABRICANTE: LAMBERTS



La liste d'allergènes suivante est exclue : blé, produits laitiers, œufs, soja et produits d'origine animale. Sans ingrédients contenant du gluten.

### Précautions

Aucun connu à la dose recommandée.

### Mode d'emploi

#### CONSEIL D'UTILISATION :

Ce produit a une saveur douce et légèrement salée et lorsqu'il est ajouté aux soupes et aux ragoûts, il a également un effet épaississant, il serait donc parfois nécessaire d'ajouter du liquide supplémentaire.

**SOUPES, RAGOÛTS ET SAUCES :** Ajoutez les protéines en fin de cuisson, juste avant de manger. Saupoudrez simplement et mélangez bien.

**A PROPOS DES CÉRÉALES :** Ce produit se mélange très bien aux céréales muesli. Il suffit de le mélanger avec le muesli sec avant d'ajouter le lait.

**SMOOTHIES AUX FRUITS :** Cette poudre de protéines peut être écrasée ou mélangée à n'importe quel fruit frais. La saveur légèrement salée se perd en mélangeant simplement 10 g de protéines avec une portion de fruit, comme une banane.

**MILK SHAKES :** La poudre de protéines se dissout bien lorsqu'elle est mélangée à des shakes, 10 g peuvent être facilement mélangés dans un petit shake et 20 g dans un grand shake.

**POUR LES ATHLÈTES :** Les protéines contribuent à la croissance et au maintien de la masse musculaire. Ce produit peut être utilisé pour augmenter l'apport global en protéines. En fonction de la quantité de protéines de première qualité contenue dans votre alimentation de base, vous pouvez consommer une dose de 20 g ou deux doses (40 g) par jour.

**PEU D'APPÉTIT/RÉCUPÉRATION DE MALADIE :** Nous recommandons une dose quotidienne de 20 g, nous conseillons également de toujours manger différents aliments sains et d'envisager de prendre un bon supplément multivitaminé et minéral, surtout si vous avez un faible appétit.

Essayez d'ajouter 20 g de poudre de concentré de protéines de pois aux soupes. De cette façon, la teneur en protéines pourrait être enrichie dans les soupes faites maison, en conserve ou en sachet (il faudrait éventuellement ajouter plus de liquide).

