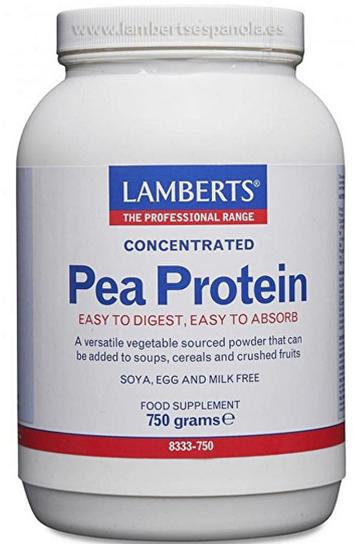


## Erbсенprotein 750 g

EAN: 5055148403478 FABRICANTE: LAMBERTS



*Gelbes Erbsenprotein. Hochlösliches Protein und daher leicht verdaulich und absorbierbar.*

### DESCRIPCIÓN

LAMBERTS® Pea Protein ist, wie der Name schon sagt, ein Produkt, das Protein aus gelben Erbsen enthält. Durch einen ausgeklügelten Extraktions- und Reinigungsprozess wird das Protein von den normalen 6 % in frischen Erbsen auf die in unserem Produkt enthaltenen 80 % konzentriert.

Durch diesen einzigartigen Prozess entsteht ein Protein, das gut löslich und daher leicht verdaulich und absorbierbar ist.

Wir haben uns gezielt für Erbsen als Proteinquelle entschieden, da ihr Aminosäureprofil hervorragend ist.

Aminosäuren werden vom Körper zum Aufbau von Proteinen verwendet.

Proteine sind für die Bildung von Zellen unerlässlich und außerdem mit der biochemischen Struktur von Hormonen, Enzymen, Neurotransmittern und Antikörpern verbunden.

Aminosäuren werden in essentielle und nicht essentielle Aminosäuren eingeteilt.

Essentielle Aminosäuren können im Körper nicht synthetisiert werden und müssen über die Nahrung aufgenommen werden, während nicht-essentielle Aminosäuren, obwohl sie für die Gesundheit sehr wichtig sind, im Körper synthetisiert werden können und daher nicht als „essentiell“ eingestuft werden.

Erbsenprotein ist vielseitig einsetzbar, da es frei von Weizen, Gluten, Milchprodukten, Eiern, Soja und tierischen Produkten ist.

Es ist zuckerfrei und hat einen milden salzigen Geschmack, der sich gut zum Einmischen in Suppen und Eintöpfe eignet.

Es kann auch mit Früchten wie Bananen gemischt werden, um einen Fruchtsmoothie zuzubereiten.

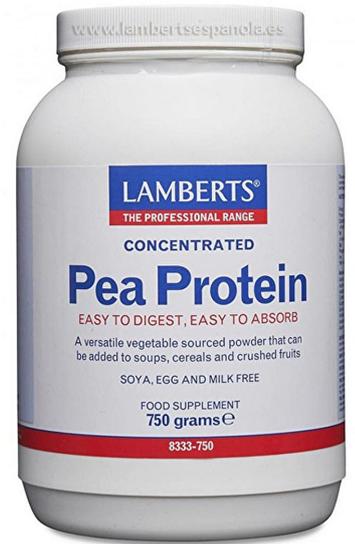
Es kann von jedem verwendet werden, der sich beispielsweise von einer Krankheit erholt und/oder unter Appetitlosigkeit leidet.

### **Cremefarbenes Pulver. Erbsenproteinisolat:**



## Erbсенprotein 750 g

EAN: 5055148403478 FABRICANTE: LAMBERTS



Nährwertangaben Pro 100g		Für 20g
Energie	1579 kJ/378 Kcal	315,8 kJ/75,6 Kcal
Proteine	80g	16g
Kohlenhydrate	2g	0,4g
davon Zucker	0g	0g
Fette	5,5g	1,1g
davon gesättigt	1,2g	0,24 g
Salz	2,20 g	0,44 g
Phosphor	1.127 mg (161 % NRV*)	225,4 mg (32,2 % NRV*)
Eisen	29 mg (207 % NRV*)	5,8 mg (41,4 % NRV*)

\*NRV= Nährstoffreferenzwerte.

### Aminosäuren pro 20-g-Dosis:

Alanin	0,66 g	Lysin	1,26 g
Arginin	1,24 g	Methionin	0,12g
Asparaginsäure	1,72 g	Phenylalanin	0,8g
Cystein	0,2g	Prolin	0,54 g
Glutaminsäure	2,4g	Serin	1,3g
Glyzinien	0,56g	Threonin	0,54 g
Histidin	0,3g	Tryptophan	0,12g
Isoleucin	0,76g	Tyrosin	0,64 g
Leucin	1,32 g	Valin	1,02 g

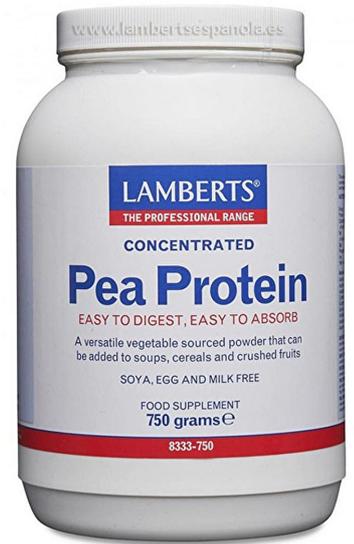
Für Vegetarier und Veganer geeignet und frei von Laktose und Gelatine.

### Allergenhinweis



## Erbсенprotein 750 g

EAN: 5055148403478 FABRICANTE: LAMBERTS



Die folgende Liste von Allergenen ist ausgeschlossen: Weizen, Milchprodukte, Eier, Soja und tierische Produkte. Frei von glutenhaltigen Inhaltsstoffen.

### Vorsichtsmaßnahmen

Bei der empfohlenen Dosis sind keine bekannt.

### Gebrauchsanweisung

#### ANWENDUNGSVORSCHLAG:

Dieses Produkt hat einen milden, leicht salzigen Geschmack und hat bei der Zugabe zu Suppen und Eintöpfen auch eine verdickende Wirkung, sodass manchmal eine zusätzliche Flüssigkeitszugabe erforderlich ist.

**SUPPEN, EINTÖTUNGEN UND SOSSEN:** Fügen Sie das Protein am Ende der Garzeit, kurz vor dem Essen, hinzu. Einfach darüber streuen und gut vermischen.

**ÜBER GETREIDE:** Dieses Produkt lässt sich sehr gut mit Müsli-Getreide mischen. Sie müssen es nur mit dem Trockenmüsli verrühren, bevor Sie die Milch hinzufügen.

**FRUCHT-SMOOTHIES:** Dieses Proteinpulver kann zerkleinert oder mit jedem frischen Obst gemischt werden. Der milde Salzgeschmack geht verloren, wenn man einfach 10 g Protein mit einer Portion Obst, beispielsweise einer Banane, mischt.

**MILCH-SHAKES:** Proteinpulver löst sich gut auf, wenn es mit Shakes gemischt wird. 10 g können problemlos in einen kleinen Shake und 20 g in einen großen Shake gemischt werden.

**FÜR SPORTLER:** Proteine tragen zum Wachstum und Erhalt der Muskelmasse bei. Dieses Produkt kann verwendet werden, um die Gesamtproteinaufnahme zu erhöhen. Abhängig von der Menge an erstklassigem Protein in Ihrer Grundnahrung können Sie eine Dosis von 20 g oder zwei Dosen (40 g) pro Tag zu sich nehmen.

**WENIGER APPETIT/ERHOLUNG VON EINER KRANKHEIT:** Wir empfehlen eine Tagesdosis von 20 g. Wir empfehlen außerdem immer, verschiedene gesunde Lebensmittel zu sich zu nehmen und die Einnahme eines guten Multivitamin- und Mineralstoffpräparats in Betracht zu ziehen, insbesondere wenn Sie einen geringen Appetit haben.

Versuchen Sie, 20 g Erbsenproteinkonzentratpulver zu Suppen hinzuzufügen. Auf diese Weise könnte der Proteingehalt in hausgemachten, Dosen- oder Beutelsuppen angereichert werden (eventuell müsste man mehr Flüssigkeit hinzufügen).

