

Unser Bio Erbsen Protein ist eine hervorragende vegane Proteinquelle. Es enthält von Natur aus Eisen und Phosphor und weist einen Proteingehalt von 80% auf. Proteine tragen zur Zunahme und Erhaltung von Muskelmasse und zur Erhaltung normaler Knochen bei.

**Zubereitungsempfehlung:**

Täglich 2 EL (ca. 20 g) Erbsen Protein in 250 ml Pflanzendrink, Milch oder Saft einrühren und trinken. Zur Vermeidung von Klümpchenbildung einen Schneebesen oder Mixer verwenden.

Ideal für Joghurt, Smoothies, Shakes oder zum Verfeinern von Brot, Kuchen und Pancakes.

**Hinweise:**

Farbe und Geschmack können variieren, da es sich um ein Naturprodukt handelt, das jahreszeitlichen Schwankungen unterliegt. Füllhöhe technisch bedingt. Das Pulver ist frei von Zusätzen.

nurnatur Würzenbach Drogerie  
Hirschmattstrasse 4 - 6003 Luzern  
Tel. 041 370 12 66 - nurnatur.ch



nurnatur  
BIO ERBSEN  
PROTEIN

Nährwerte	pro 100 g	pro 20 g (Tagesportion)
Energie	1810 kJ / 430 kcal	362 kJ / 86 kcal
Fett	11 g	2,1 g
- davon gesättigte FS	2,8 g	0,6 g
Kohlenhydrate	< 0,5 g	< 0,5 g
- davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g
Ballaststoffe	5,4 g	1,1 g
Eiweiss	80 g	16 g
Salz	1,1 g	0,22 g
Phosphor	820 mg (117% <sup>1</sup> )	164 mg (23% <sup>1</sup> )
Eisen	25 mg (179% <sup>1</sup> )	5,0 mg (36% <sup>1</sup> )

Aminosäuren (Auszug)	pro 100 g	pro 20 g (Tagesportion)
Leucin	6,6 g	1,3 g
Lysin	6,3 g	1,3 g
Phenylalanin	4,2 g	0,8 g
Valin	3,9 g	0,8 g
Isoleucin	3,6 g	0,7 g
Tyrosin	2,9 g	0,6 g
Threonin	2,9 g	0,6 g
Methionin	0,8 g	0,2 g
Tryptophan	0,7 g	0,1 g

<sup>1</sup> NRV (Referenzmenge für Erwachsene)

In Kombination mit anderen Zutaten verändern sich die hier angegebenen Nährwerte.

**Zutaten:**

100 % Erbsenproteinpulver\* (Herkunft Nordamerika).  
\* aus kontrolliert biologischem Anbau.

vegan - laktosefrei - glutenfrei - sojafrei

CH-BIO-006  
Hergestellt in Deutschland.

Inhalt: 400 g  
Mindestens haltbar bis Ende:/Charge:  
siehe Dosenboden

