

nurnatur

# BIO ERBSEN PROTEIN

ENTHÄLT NATÜRLICHERWEISE  
EISEN UND PHOSPHOR

## Bio Erbsen Protein

Unser Bio Erbsenprotein ist eine hervorragende vegane Proteinquelle. Es ist reich an Eisen und enthält natürlicherweise Phosphor. Proteine tragen zur Zunahme und Erhaltung von Muskelmasse und zur Erhaltung normaler Knochen bei.

**Zubereitungsempfehlung:** Rühren Sie 2 EL (ca. 20 g) Erbsenprotein in 250 ml Wasser oder nach Geschmack z.B. in Soja-, Dinkel- oder Hafermilch ein. Verwenden Sie einen Schneebesen oder Mixer, um Klümpchenbildung zu vermeiden. Erbsenprotein kann zur Anreicherung von Joghurt, Smoothies und Shakes verwendet werden.

## Hinweis:

Die angegebene empfohlene Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Eine abwechslungsreiche und 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. Für Kinder unerreichbar aufbewahren. Kühl, trocken und gut verschlossen lagern.

PROTEIN  
80%  
GEHALT



Nährwerte	Pro 100 g (NRV)	Pro 20 g <sup>1</sup> (NRV)
Energie	1774 kJ / 420 kcal	355 kJ / 84 kcal
Fett	8,0 g	1,6 g
- davon ges. Fettsäuren	2,0 g	0,4 g
Kohlenhydrate	4,9 g	1,0 g
- davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g
Ballaststoffe	4,2 g	0,8 g
Eiweiss	80,0 g	16,0 g
Salz	1,1 g	0,22 g
Phosphor	820 mg (117 %)	164 mg (23 %)
Eisen	25 mg (179 %)	5,0 mg (36 %)

Aminosäuren (Auszug)	Pro 100 g	Pro 20 g <sup>1</sup>
Leucin	6,6 g	1,3 g
Lysin	5,5 g	1,1 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>entspricht einer Portion / NRV: Prozent der Nährstoffbezugswerte  
In Kombination mit anderen Zutaten verändern sich die hier angegebenen Nährwerte.

**Zutaten:** 100 % Erbsen Protein\*

\*aus kontrolliert biologischem Anbau, Herkunft Nordamerika

CH-BIO-006

Hergestellt in Deutschland.