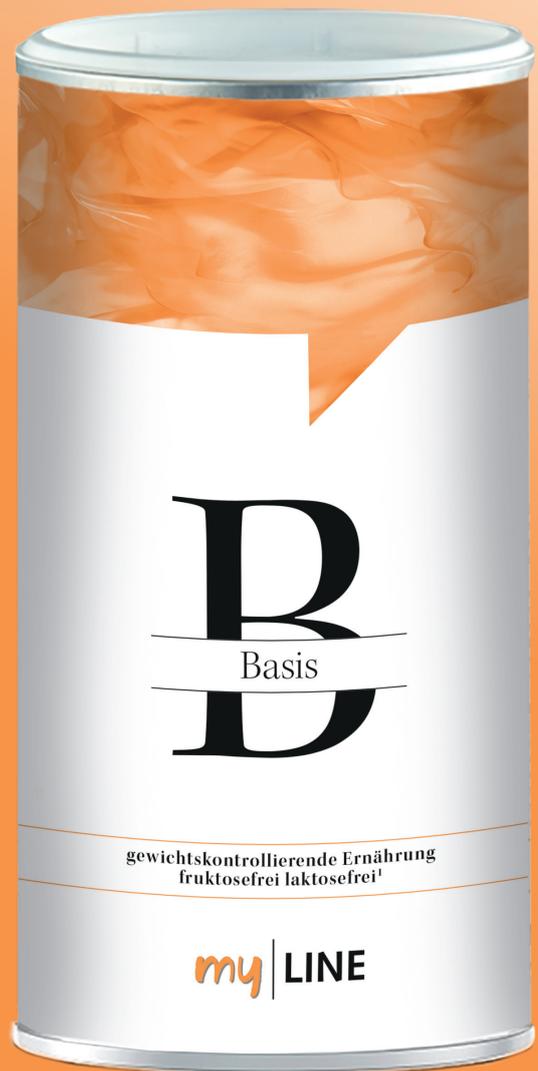


Produktinformation myLINE-Basis

Nährstoffbilanzierte Ersatzmahlzeit für erfolgreiche Gewichtsabnahme

Die myLINE-Basis ist die wandelbarste myLINE-Mahlzeit und liefert die Grundlage für eine Vielzahl an Rezepten. Sie kann mit verschiedenen Milchprodukten zubereitet und mit den sechs myLINE-Geschmacksvariationen abgewandelt werden. Mit der myLINE-Basis lassen sich süße Shakes, pikante Dips, schmackhafte Salatdressings, Topfencremes, Smoothies und vieles mehr zubereiten.

- ▶ Optimierter, reduzierter Kaloriengehalt zur Förderung der Fettverbrennung
- ▶ Hochwertiges Milcheiweiß für den Erhalt der Muskulatur
- ▶ Sättigung für Stunden durch hohen Ballaststoffgehalt
- ▶ Vorbeugung von Mangelzuständen
- ▶ Erleichterung der Ernährungsumstellung
- ▶ Einfache und schnelle Zubereitung
- ▶ Frei von Laktose, Fruktose und Gluten



myLINE-Basis

Die myLINE-Basis ist ein Mahlzeiteratz für eine gewichtskontrollierende Ernährung, mit dem täglich eine oder zwei Mahlzeiten ersetzt werden.

ZUBEREITUNG:

Zwei leicht gehäuften Messlöffel myLINE-Basis (23 g) in 300 ml Halbfettmilch (1,5–1,8 % Fett), Buttermilch oder fettarmes Naturjoghurt (1–1,5 % Fett) einrühren oder im Shaker aufschütteln.

Alternativ können auch 100 g Topfen (bis 20 % F.i.T.) für die Zubereitung verwendet werden. Dazu die myLINE-Basis mit etwas Wasser anrühren und dann unter den Topfen mischen.

GESCHMACKSVARIATIONEN:

Neben den verschiedenen Milchprodukten kann die Basis-Mahlzeit durch kalorienfreie Geschmacksträger geschmacklich verändert werden:

- ▶ myLINE-Geschmacksvariationen (Banane, Cappuccino, Erdbeere, Heidelbeere, Pfirsich, Schokolade)
- ▶ süß: eventuell Zimt, unbehandelte Orangen- oder Zitronenschale
- ▶ pikant: Salz, Pfeffer, Kräuter und Gewürze

1 Dose myLINE-Basis (460 g) enthält 20 Mahlzeiten à 23 g.

KONTRAINDIKATION:

Milcheiweißallergie



NÄHRWERTANGABEN

Durchschnittlicher Gehalt	pro 100 g Pulver	pro Portion**
Energie	1435 kJ	923 kJ
	343 kcal	219 kcal
Fett	8,3 g	6,4 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,8 g	3,6 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	1,8 g	1,6 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	4,8 g	1,2 g
Kohlenhydrate	10,5 g	16,8 g
davon Zucker	1,4 g	14,7 g
Ballaststoffe	29,5 g	6,8 g
Eiweiß	41,9 g	19,8 g
Salz	0,66 g	0,51 g

* Nährstoffbezugswerte

** Portionsgröße: 23 g Pulver in 300 ml fettreduzierter Milch (1,5 %)

Durchschnittlicher Gehalt	pro 100 g Pulver	% NRV* pro 100 g	pro Portion**	% NRV* pro Portion
Vitamin A	1576 µg	197	404 µg	51
Vitamin D	8,2 µg	164	2 µg	40
Vitamin E	22,4 mg	187	5,3 mg	44
Vitamin K	100 µg	133	23 µg	31
Vitamin C	117 mg	147	32,1 mg	40
Thiamin	2,8 mg	255	0,75 mg	68
Riboflavin	2,4 mg	171	1,1 mg	79
Niacin	36,9 mg	231	8,7 mg	54
Vitamin B6	4 mg	286	1,1 mg	79
Folsäure	390 µg	195	113 µg	57
Vitamin B12	3,5 µg	140	2,1 µg	84
Biotin	297 µg	594	80,3 µg	161
Pantothensäure	9,4 mg	157	3,2 mg	53
Natrium	265 mg	-	202 µg	-
Kalium	663 mg	33	617 mg	31
Calcium	648 mg	81	503 mg	63
Phosphor	671 mg	96	427 mg	61
Magnesium	559 mg	149	164 mg	44
Eisen	31,1 mg	222	7,3 mg	52
Zink	17,7 mg	177	5,4 mg	54
Kupfer	1,3 mg	130	0,34 mg	34
Mangan	2,9 mg	145	0,67 mg	34
Selen	127 µg	232	38,4 µg	70
Jod	193 µg	129	79,6 µg	53

Brennwert pro 100 ml verzehrfertiger Zubereitung: 286 kJ/67,8 kcal

ZUTATEN: Milcheiweiß (46,2 %), Mais-Dextrin, Sojaöl, Verdickungsmittel (Xanthan, Guarkernmehl), Maisstärke, Kaliumphosphat, Magnesiumhydroxid, Emulgator (Soja-Lecithin), Glukosesirup, Maltodextrin, L-Carnitin, Speisesalz, Trennmittel (Siliciumdioxid), Säuerungsmittel (L(+)-Weinsäure), Aroma, Eisen-diphosphat, L-Ascorbinsäure, D-alpha Tocopherylacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Calcium-D-Pantothentat, Mangansulfat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Kupfercarbonat, Riboflavin, Farbstoff (Beta-Carotin), Retinylacetat, Lactobacillus Casei, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Natriumselenit, Natriumjodid, Phyllochinon, Cholecalciferol, Cyanocobalamin. Enthält Soja. Kann Spuren von Gluten und Hühner-Eiweiß enthalten.