

## **Bio Lupinen Protein Pulver**

**PZN: 16397123**

### **USP's:**

**- Süßlupinensamenpulver mit 43 % Proteinanteil. Das Bio Lupinen Protein Pulver von Raab Vitalfood ist eine hochwertige pflanzliche Eiweißquelle und enthält alle acht essentiellen Aminosäuren, hoher Gehalt an ungesättigten Fettsäuren.**

### **Bio Lupinen Protein Pulver von Raab Vitalfood**

Raab Bio Lupinenprotein wird aus den Samen der Lupine hergestellt, einer proteinreichen Hülsenfrucht, deren Heimat im Mittelmeerraum liegt. Es verfügt über einen Proteingehalt von 43 % und enthält alle acht essentiellen Aminosäuren. Außerdem weist es einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren auf. Diese hochwertige pflanzliche Eiweißquelle ist besonders interessant für Sportler, Veganer, Vegetarier und Flexitarier und passt wunderbar in Smoothies, Müslis, Proteinshakes, Suppen, Soßen und Desserts. Proteine tragen zur Zunahme und Erhaltung von Muskelmasse und zur Erhaltung normaler Knochen bei.

### **Raab Vitalfood – Nahrungsergänzung in Bioqualität seit 1989**

Im bayerischen Rohrbach an der Ilm entwickelt, produziert und vertreibt Raab Vitalfood pflanzliche Lebensmittel und Proteine sowie Superfoods und Nahrungsergänzungen in bester Bio Qualität – und das seit 28 Jahren. 2017 wurde das Sortiment um eine pflanzliche Sportlerserie erweitert. Diese ergänzt die bestehende Auswahl an pflanzlichen Proteinen und begleitet Hobby- und Leistungssportler gleichermaßen durch den Trainingsprozess.

### **Produktmerkmale & Hinweise**

Für Vegetarier und Veganer geeignet

Gluten- und laktosefrei

Bio-Kennzeichnung: DE-ÖKO-001 EU-Landwirtschaft

Personen, die allergisch auf Hülsenfrüchte (insbesondere Erdnuss) reagieren, sollten auf den Verzehr von Lupinenprotein verzichten, da die Gefahr einer Kreuzreaktion besteht. Die oben genannten positiven Wirkungen treten bereits ab einem Verzehr von täglich 20 g Lupinenproteinpulver ein. Eine abwechslungsreiche, 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. Kühl, trocken und gut verschlossen lagern. Füllhöhe technisch bedingt.

Raab Vitalfood verwendet nur beste Rohstoffe und kontrolliert sämtliche Produkte auf Rückstände und den ausgelobten Nährstoffgehalt.

### **Netto-Füllmenge**

Inhalt = 500 g

Diese Verpackung enthält 25 Portionen.

## Zutaten

100 % Süßlupinensamenpulver\*<sup>2</sup>

(\*aus kontrolliert biologischem Anbau; <sup>2</sup> Süßlupinensamen aus Frankreich und Europa).

## Verzehrempfehlung

Rühren Sie ca. 2 EL (20 g) Lupinenprotein in 250 ml Flüssigkeit, z.B. Soja-, Dinkel-, Mandel- oder Hafermilch ein. Bei Backwaren wie Brot oder Kuchen können bis zu 25 % der Mehlmenge durch Lupinenprotein ersetzt werden. Das Lupinenprotein ist eine köstliche Ergänzung für Smoothies, Shakes, Müslis, Desserts und Backwaren.

## Nährwerte

Nährwerte	pro 100 g	pro 20 g *
Energie	1561 kJ / 374 kcal	312 kJ / 75 kcal
Fett	12 g	2,4 g
- davon gesättigte Fettsäuren	1,7 g	0,3 g
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren	7,0 g	1,4 g
Kohlenhydrate	10 g	2,0 g
- davon Zucker	7,0 g	1,4 g
Ballaststoffe	27 g	5,4 g
Eiweiß	43,0 g	8,6 g
Salz	< 0,01 g	< 0,01 g

\* entspricht einer Portion

Essentielle Aminosäuren pro 100 g

Isoleucin 4,1 g

Leucin 7,1 g

Lysin 4,6 g

Methionin + Cystein 2,0 g

Phenylalanin + Tyrosin 8,0 g

Threonin 3,3 g

Tryptophan 0,6 g

Valin 3,7 g