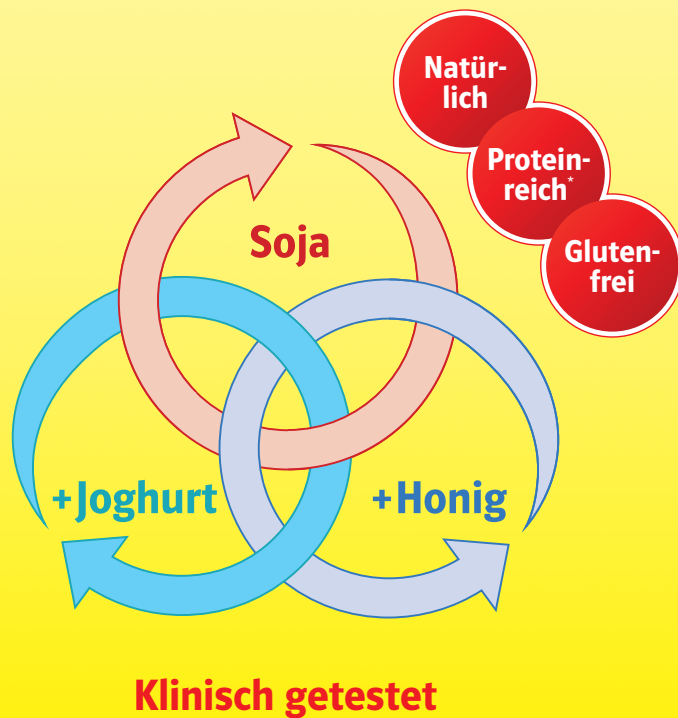


# Almased®

...einfach weil es funktioniert



25 Jahre Erfahrung und Forschung mit Almased bestätigen seine unvergleichliche Effektivität.

Almased enthält aktive Honigenzyme.

Mahlzeiteratz für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

Für Vegetarier geeignet

Für Diabetiker  
40 g Almased = 1 BE

Glykämischer Index = 27



Inhalt: 500 g  
= 10 Portionen

Mindestens haltbar bis: siehe Bodenaufdruck

Kühl und trocken lagern  
Füllhöhe technisch bedingt

Almased Wellness GmbH  
Eichenstraße 11a  
85445 Oberding  
Kostenfreie Beratungs-  
Hotline: 0800-24 667 526

www.almased.de

## Das Almased-Phänomen:

Das einzigartige Almased-eigene Herstellungsverfahren garantiert eine optimale Fermentation der hochwertigen Rohstoffe. Einige davon werden speziell für Almased hergestellt. Es kommt zu einer Almased spezifischen hohen biologischen Wertigkeit und Verfügbarkeit. Almased enthält weder Süßungsmittel, Aromen, Füllstoffe noch Konservierungsstoffe. Die Ergebnisse der mit Almased durchgeführten Studien sind nicht auf andere Produkte übertragbar.

## Zubereitung des Shakes

- 1 200 ml Wasser in ein Gefäß geben.
- 2 2 Teelöffel Pflanzenöl reich an Omega-3-Fettsäuren hinzufügen (z. B. Rapsöl).
- 3 50 g Almased-Pulver (ca. 5 gehäufte Esslöffel) dazugeben, gut rühren oder schütteln.

## Zur Gewichtsabnahme

Wer abnehmen will, ersetzt zwei der drei täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch Almased. Almased erfüllt nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung seinen angestrebten Zweck. Andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Auf eine ausreichende tägliche Flüssigkeitsaufnahme ist zu achten. Bitte beachten Sie die Zubereitungsempfehlung, da Almased kein vollständiges Lebensmittel ist. Almased ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine aktive und gesunde Lebensweise, aber ein wichtiger Teil davon.

- ✓ **Energie-Stoffwechsel:** Vitamin C, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> und Thiamin tragen zu einem normalen Energie-Stoffwechsel bei.
- ✓ **Muskeln:** Proteine tragen zur Erhaltung und zu einer Zunahme an Muskelmasse bei und Calcium und Kalium tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei.
- ✓ **Verringerung von Müdigkeit:** Magnesium, Folsäure, Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Niacin und Pantothenensäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- ✓ **Kognitive Funktion:** Zink und Eisen tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei.

## Was Sie noch wissen sollten

Auch außerhalb der Diät können Sie täglich 2-5 gehäufte Esslöffel Almased in Flüssigkeit, Joghurt oder Müsli zusätzlich in die Nahrung integrieren. Sportler, die intensiv trainieren, können Almased neben der täglichen Nahrung zu sich nehmen.

## Das ist Almased

Durchschnittliche Gehalte des verzehrfertigen Produkts

|                                      | pro Portion / Shake mit 50 g Pulver + 200 ml Wasser + 2 TL (6 g) Rapsöl |         | pro 100 g Almased-Pulver |         |
|--------------------------------------|---|---------|--------------------------|---------|
|                                      |   | % NRV** |                          | % NRV** |
| Brennwert (kJ)                       | 959   |         | 1475                     |         |
| Brennwert (kcal)                     | 228   |         | 347                      |         |
| Fett                                 | 6,9 g   |         | 1,8 g                    |         |
| davon gesättigte Fettsäuren          | 0,7 g   |         | 0,5 g                    |         |
| Kohlenhydrate                        | 14,6 g  |         | 29,1 g                   |         |
| davon Zucker                         | 14,6 g  |         | 29,1 g                   |         |
| Eiweiß                               | 26,1 g  |         | 52,2 g                   |         |
| Salz                                 | 0,69 g  |         | 1,38 g                   |         |
| Natrium                              | 0,276 g   |         | 0,552 g                  |         |
| Vitamin A                            | 266 µg  | 33      | 467 µg                   | 58      |
| Vitamin D                            | 1,6 µg  | 32      | 3,16 µg                  | 63      |
| Vitamin E                            | 4 mg  | 33      | 5,3 mg                   | 44      |
| Vitamin K                            | 24,9 µg   | 33      | 31,7 µg                  | 42      |
| Vitamin C                            | 26,5 mg   | 33      | 53,1 mg                  | 66      |
| Vitamin B <sub>1</sub>               | 0,4 mg  | 34      | 0,7 mg                   | 66      |
| Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> ) | 0,5 mg  | 38      | 1,1 mg                   | 76      |
| Niacin                               | 6,0 mg  | 37      | 11,9 mg                  | 75      |
| Vitamin B <sub>6</sub>               | 0,5 mg  | 36      | 1,0 mg                   | 71      |
| Folsäure                             | 79 µg   | 39      | 157 µg                   | 79      |
| Vitamin B <sub>12</sub>              | 0,8 µg  | 34      | 1,7 µg                   | 67      |
| Biotin                               | 20 µg   | 40      | 40 µg                    | 80      |
| Pantothenensäure                     | 2,1 mg  | 35      | 4,1 mg                   | 68      |
| Kalium                               | 519 mg  | 26      | 1039 mg                  | 52      |
| Calcium                              | 242 mg  | 30      | 484 mg                   | 61      |
| Phosphor                             | 277 mg  | 40      | 555 mg                   | 79      |
| Magnesium                            | 118 mg  | 31      | 237 mg                   | 63      |
| Eisen                                | 5,4 mg  | 39      | 10,8 mg                  | 77      |
| Zink                                 | 3,3 mg  | 33      | 6,6 mg                   | 66      |
| Kupfer                               | 0,4 mg  | 40      | 0,7 mg                   | 70      |
| Mangan                               | 0,7 mg  | 35      | 1,4 mg                   | 70      |
| Selen                                | 19 µg   | 35      | 38 µg                    | 68      |
| Iod                                  | 50 µg   | 33      | 100 µg                   | 66      |

## Durchschnittlicher Gehalt an Aminosäuren in 100 g Protein

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| L-Tyrosin                    | 3,7 g  |
| L-Methionin                  | 1,5 g  |
| L-Cystin/Cystein             | 1,1 g  |
| L-Lysin                      | 6,3 g  |
| L-Threonin                   | 3,7 g  |
| L-Tryptophan                 | 1,4 g  |
| L-Leucin                     | 8,4 g  |
| L-Isoleucin                  | 5,2 g  |
| L-Valin                      | 5,3 g  |
| L-Histidin                   | 2,6 g  |
| L-Arginin                    | 6,8 g  |
| L-Phenylalanin               | 5,1 g  |
| L-Asparaginsäure + Asparagin | 10,9 g |
| L-Serin                      | 4,9 g  |
| L-Glutaminsäure + Glutamin   | 19,1 g |
| L-Prolin                     | 6,0 g  |
| L-Glycin                     | 3,8 g  |
| L-Alanin                     | 4,2 g  |

\* laut Gesetz

\*\* Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) 1169/2011

**Zutaten:** Sojaweiß 50 %, Bienenhonig 25 %, davon 100 U/kg Honigenzyme, Magermilch-Joghurtpulver 22 %, Kaliumchlorid, Calciumcitrat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumcitrat, Kieselsäure, Vitamin C, Eisenfumarat, Farbstoff Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Niacin, Vitamin E, Zinkoxid, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Vitamin B<sub>2</sub>, Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin D, Vitamin B<sub>12</sub>, Vitamin B<sub>1</sub>, Vitamin A, Folsäure, Kaliumiodid, Vitamin K, Natriumselenit, Biotin, Vitamin B<sub>12</sub>

**Wichtig:** Bei Langzeitanwendung ärztliche Beratung empfohlen.

**Allergiker sollten erst ärztlichen Rat einholen.**

V102001