

Pro 90

3 Komponenten Protein

Eiweiß ist lebensnotwendig! Es liefert unserem Körper Energie, Bausteine zur Herstellung und Reparatur von Hormonen, Antikörpern und Enzymen. Wir benötigen Eiweiß zur Bildung des Stütz- und Bindegewebes, für einen ausgeglichenen Säure/ Base Haushalt und natürlich zum Aufbau unserer Muskeln. Ein übermäßiger Verzehr tierischer Nahrungsmittel kann allerdings zu unerwünschter Gewichtszunahme und erhöhtem Cholesterin sowie Purin führen und dadurch den Organismus langfristig belasten.

Eine gezielte Versorgung mit Proteinkonzentraten schont die körpereigenen Proteine und kann die Regenerationszeit nach dem Training deutlich verkürzen. Auch für den Muskelaufbau ist eine ausreichende Proteinzufuhr unerlässlich.

Pro 90 enthält drei unterschiedliche Proteinquellen:

- **Milchprotein**
- **Molkenprotein**
- **Eiprotein.**

Durch die Kombination der verschiedenen Proteine ergibt sich eine biologische Wertigkeit von 132.

Pro 90 zeichnet sich außerdem durch seine cremige Konsistenz und seinen guten Geschmack aus.

Die verschiedenen Proteine werden vom Körper unterschiedlich schnell aufgenommen. Molkenprotein wird sehr schnell verstoffwechselt, während Milch- und Eiprotein langsamer vom Körper aufgenommen werden.

Daher ist Pro 90 besonders für eine Grundversorgung des Körpers mit Eiweiß über einen langen Zeitraum geeignet.

Pro 90 erhalten Sie in drei verschiedenen Packungsgrößen:

- **500 Gramm Beutel**
- **1000 Gramm Eimer**
- **4000 Gramm Eimer**



Aminosäureprofil per 100 g

Alanin.....	4,00	g	Glycin.....	1,70	g
Lysin*.....	8,30	g	Threonin*.....	5,60	g
Arginin.....	3,00	g	Histidin.....	2,40	g
Methionin*.....	2,60	g	Tryptophan*.....	1,40	g
Asparagin.....	8,80	g	Isoleucin*.....	5,40	g
Cystein.....	1,80	g	Valin*.....	5,90	g
Prolin.....	8,20	g	Leucin*.....	9,40	g
Glutaminsäure.....	20,00	g	Phenylalanin*.....	4,10	g
Serin.....	5,70	g	Tyrosin.....	3,80	g

*essentielle Aminosäuren

Analyse per 100 g

Brennw:.....	1539kj/354kal.	Kohlenhydrate:.....	1,9g
Eiweiß:.....	85,0g.	Fett:.....	1,5g

Geschmacksrichtungen

Banane	Kirsch
Cappuccino	Kokos
Citro Quark	Neutral
Erdbeer	Pfirsich
Haselnuss	Schoko
Karamell	Vanille

Verzehrempfehlung

1 - 2 Portionen täglich als Zwischenmahlzeit, sowie eine Portion direkt nach dem Training.

Zubereitung

3 Esslöffel Pulver (30 Gramm) in 300 ml fettarmer Milch oder 400 ml Wasser einrühren.

Zutaten (hier für Vanille)

Milcheiweiß, Molkeeiweiß, Ei-Eiweiß, Inulin, Aroma, Farbstoff: Beta Carotin, Süßstoffe Natrium Cyclamat und Saccharin Natrium