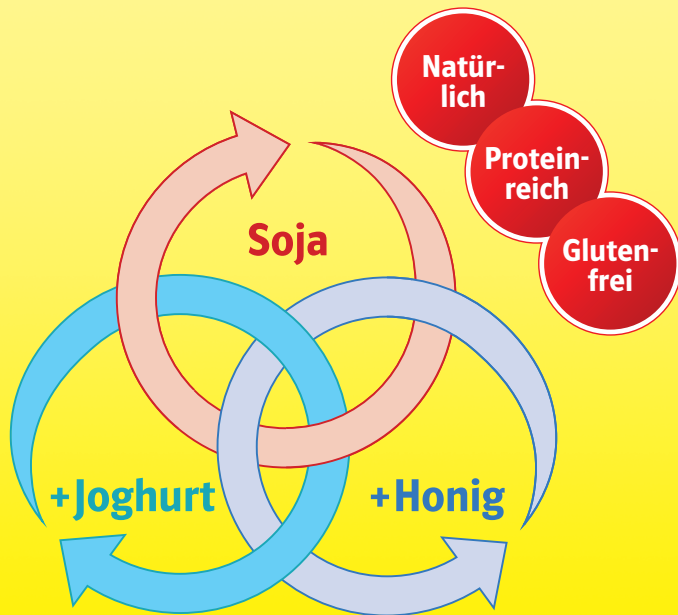


# Almased®

...einfach weil es funktioniert



Mehr als 30 Jahre Erfahrung und Forschung mit Almased bestätigen seine unvergleichliche Effektivität.

Almased enthält aktive Honigenzyme.

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung mit Mandel-Vanille-Geschmack.

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  
Leopoldstraße 180  
80804 München  
Kostenfreie Beratungs-  
Hotline: 0800 366 62 50

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, Füllstoffe noch Konservierungsstoffe. Die Ergebnisse der mit Almased durchgeführten Studien sind nicht auf andere Produkte übertragbar.

## Zubereitung des Shakes

- 200 ml Wasser in ein Gefäß geben.
- 2 Teelöffel Pflanzenöl reich an Omega-3-Fettsäuren hinzufügen (z. B. Rapsöl).
- 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 (B<sub>1</sub>) 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 mit Mandel-Vanille-Geschmack

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)	960		1477	
Brennwert (kcal)	228		348	
Fett	6,9 g		1,7 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g		0,5 g	
Kohlenhydrate	15 g		30,1 g	
davon Zucker	14,2 g		28,4 g	
Eiweiß	25,7 g		51,5 g	
Salz	0,68 g		1,36 g	
Vitamin A	266 µg	33	467 µg	58
Vitamin D <sub>3</sub>	1,6 µg	32	3,2 µg	63
Vitamin E	4 mg	33	5,3 mg	44
Vitamin K	24,8 µg	33	31,6 µg	42
Vitamin C	26,5 mg	33	53 mg	66
Vitamin B <sub>1</sub>	0,36 mg	33	0,73 mg	66
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>	0,49 mg	35	1,0 mg	71
Folsäure	77,3 µg	39	154,6 µg	79
Vitamin B <sub>12</sub>	0,8 µg	33	1,6 µg	67
Biotin	19,7 µg	39	39,3 µg	80
Pantothenensäure	2 mg	33	4,1 mg	68
Kalium	509 mg	25	1018 mg	52
Calcium	235 mg	29	469 mg	61
Phosphor	270 mg	39	540 mg	79
Magnesium	118 mg	31	235 mg	63
Eisen	5,4 mg	39	10,7 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	18,9 µg	34	37,3 µg	68
Iod	49,2 µg	33	98,3 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

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

**Zutaten:** Sojaweiß 48 % (enthält Sojalecithine), Bienenhonig 24 %, davon 100 U/kg Honigenzyme, **Magermilch-Joghurtpulver** 22 %, natürliches Aroma (enthält **Milcherzeugnisse**), Kaliumchlorid, Calciumcitrat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumcitrat, Kieselsäure, Vitamin C, Eisenfumarat, Farbstoff Riboflavine, Niacin, Vitamin E, Zinkoxid, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Vitamin B<sub>2</sub>, Vitamin D<sub>3</sub>, Vitamin B<sub>6</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.**

M102305

mit Mandel-Vanille-Geschmack

mit Mandel-Vanille-Geschmack

mit Mandel-Vanille-Geschmack