

VANILKOVÝ PUDING

instantný proteínový produkt

Nízkoenergetický dezert s vysokým obsahom bielkovín, so zníženým obsahom tukov a cukrov, ktorého energetická hodnota je 85 kcal v jednej porcii. (so sladidlami)

Nutričná analýza	100g výrobku		1 sáčok	
		DDD%		DDD%
Energetická hodnota (kcal)	333		85	
(kJ)	1395		356	
Tuky	(g)		0,4	
z toho nasýtené tuky	(g)		0,1	
Sacharidy	(g)		2,0	
z toho cukry	(g)		0,9	
Vláknina	(g)		0,5	
Bielkoviny	(g)		18,0	
Sodík	(g)		0,25	
Vitamíny				
Vitámín A	µg	571	71	146
Vitámín E	mg	8,6	71	2,2
Vitámín B1	mg	0,8	71	0,2
Vitámín B2	mg	1,0	71	0,3
Vitámín B3	mg	11,4	71	2,9
Vitámín B6	mg	1,0	71	0,3
Vitámín B12	µg	1,8	71	0,5
Vitámín B5	mg	4,3	71	1,1
Vitámín B9	µg	142,9	71	36,4
Vitámín C	mg	57,1	71	14,6
Vitámín B8	µg	35,7	71	9,1
Minerály				
Vápnik (Ca)	mg	2140,2	268	546
Fosfor (P)	mg	1173,9	168	299
Základné aminokyseliny pre 100g proteínov				
Alanín		3,3	Leucín	9,4
Arginín		3,5	Lyzín	7,7
Kyselina asparágová		7,2	Fenylalanín/Tyrozín	9,7
Metionín/Cysteín		3,5	Prolín	9,4
Kyselina glutámová		20,0	Serín	5,1
Glycín		1,9	Treonín	4,2
Histidín		2,8	Tryptofán	1,6
Izoleucín		5,0	Valín	6,1

Množstvo draslíka a sodíka na 100 g pripraveného produktu: 57 mg (K), 122 mg (Na).

Ingrediencie:

mliečne bielkoviny, vaječný bielok, príchute, želirujúca látka: karagénany, alginát sodný, soľ, Bourbon vanilka 0,05%, farbivo riboflavín, regulátor kyslosti: kyselina jablčná, protihrdkujúca látka: koloidná silica, sladidlá: Acesulfam K a sukralóza, vitamíny (C, B3, E, B5, B6, B2, A, B9, B12, B8).

Príprava:

Obsah sáčku naspeme do nádoby (šejker alebo misa), pridáme 150-180 ml vychladenej vody a poriadne premiešame, kým nedosiahneme homogénnu zmes. Následne nalejeme do formičky a necháme postáť v chladničke po dobu 10 až 15 minút.

Môže obsahovať stopy lepku, vajec, sóje, mlieka.

Minimálna trvanlivosť a číslo šarže: viď vrchná časť sáčku a dno obalu.

Uchovávajte na chladnom a suchom mieste.

Krajina pôvodu: Francúzsko