

## Omelette mit Kräutern der Provence in Pulverform

### Instant-Pulver zur Herstellung einer Ergänzungsnahrung mit hohem Proteingehalt

**Gewicht pro Beutel/Portion:** 28 g.

**Gesamtgewicht:** 196 g (7 Beutel).

**Zutaten:** Proteinmischung (**Eiweiss und Eipulver, Molkenproteinisolat**); Salz; Verdickungsmittel: Carboxymethylcellulose; Emulgatoren: Mono- und Diglyceride, Lecithin; Backtriebmittel: Natriumdiphosphat, Kalium- und Natriumhydrogencarbonat, Calciummonophosphat, Calciumsulfat; Pfeffer; Farbstoffe: Beta-Carotin, Kurkuma; Aromen; Kräuter der Provence (1%); Petersilie (0,1%); Trennmittel: Siliciumdioxid.

**Allergene:** Milch, Eier und Soja. Hergestellt mit Geräten, die auch zur Verarbeitung von Gluten, Sellerie und Sulfiten verwendet werden.

**Zubereitung:** Den Inhalt eines Beutels in eine Schüssel geben. Langsam 80-100 ml kaltes Wasser hinzufügen und mit einem Schneebesen oder einer Gabel umrühren. Mit dem Schneebesen oder einer Gabel verrühren, bis der Beutelinhalt vollständig aufgelöst ist. Nach Belieben salzen und pfeffern sowie Kräuter oder Gewürze hinzufügen. In eine beschichtete Pfanne einen Tropfen Öl geben und erhitzen. Die Mischung in die heiße Pfanne geben und wie Rührei oder ein Omelette 20-30 Sekunden braten (Sie können die Pfanne die letzten 10 Sekunden mit einem Deckel abdecken, damit das Omelette aufgeht). Innerhalb von 10 Minuten verzehren.

**Hinweis:** Nicht als einzige Nahrungsquelle verwenden. Achten Sie stets auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr (mindestens 1,5 l

pro Tag). Nicht geeignet für Kinder, schwangere und stillende Frauen. Bei Konsum im Rahmen einer kalorienreduzierten Diät folgen Sie bitte den Empfehlungen eines Ernährungsberaters.

**Lagerung:** In der Originalverpackung kühl und trocken lagern. Stellen Sie sicher, dass der Beutel oder der Behälter richtig verschlossen ist.

**Mindestens haltbar bis/Lot:** siehe Beutel.

**Hergestellt in Frankreich.**

#### DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE:

Energiewert	100 g	1 Portion – 28 g
KJ	1687	471
kcal	401	112
<b>Nährwerte</b>		
Fett (g)	14,0	3,9
davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,6	1,3
Kohlenhydrate (g)	3,95	1,1
davon Zucker (g)	1,0	0,3
davon Stärke (g)	2,95	0,8
Ballaststoffe (g)	1,1	0,3
Eiweiss (g)	64,3	18,0
Salz (g)	6,00 (1,88**)	1,68
(**) Höchstgehalt für 100 g des gebrauchsfertig zubereiteten Produkts		