

**Abtei Gelatine Pulver**

**Für Muskeln und Knochen**



Zur Unterstützung der Eiweißzufuhr für Knochen und Muskeln

Gelatine ist ein gereinigtes Eiweißgemisch, das aus tierischem Kollagen gewonnen wird. Kollagenes Eiweiß ist das am häufigsten vorkommende Protein im menschlichen Körper. Proteine tragen zum Aufbau und Erhalt der Muskelmasse und zum Erhalt gesunder Knochen bei. Abtei Gelatine Pulver besteht zu 100 % aus Gelatine und somit aus Eiweiß (Protein).



Gelatine ist zudem eine gut verträgliche Quelle für eine Vielzahl von Aminosäuren und enthält weder Cholesterin, Fett noch Kohlenhydrate. Für eine Nahrungsergänzung mit körperversandtem kollagenem Eiweiß (Protein) und den darin enthaltenen Aminosäuren bietet sich Abtei Gelatine Pulver an. Das feine Pulver quillt nicht auf und ist gut löslich.

Das kollagene Eiweiß in Abtei Gelatine Pulver besteht aus kleineren Bausteinen mit geringerem Molekulargewicht, so dass es besser vom Körper aufgenommen werden kann. Es eignet sich besonders als Zutat in Joghurt, Quark oder Müsli. Angenehm einzunehmen ist es auch eingerührt in Fruchtsaft oder anderen Kaltgetränken.

**Abtei Gelatine Pulver - Zur Unterstützung der Eiweißzufuhr für Knochen und Muskeln**

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Einzeldosis (10 g)
Brennwert (kJ/kcal)	1600 / 380	160 / 38
Fett	< 0,05 g	< 0,005 g
- davon gesättigte Fettsäuren	< 0,05 g	< 0,005 g
Kohlenhydrate	< 0,5 g	< 0,05 g
- davon Zucker	< 0,5 g	< 0,05 g
Eiweiß	Mind. 90 g	Mind. 9 g
Salz	< 0,5 g	< 0,5 g

**Verzehrempfehlung:** Täglich 2 Messlöffel voll (10g) Abtei Gelatine Pulver in ca. 200 ml Flüssigkeit z. B. Kakao, Fruchtsäfte, Suppe, Fleischbrühe oder in Joghurt einrühren. Wenn gewünscht, auch auf mehrere Portionen verteilt.

**Glutenfrei, ohne Milchzucker.**

**Zutaten:**

100 % Gelatine

**Durchschnittliche Aminosäurenverteilung der eingesetzten Gelatine (in %):**

Alanin 8,4; Arginin 7,7; Asparaginsäure 4,5; Glutaminsäure 10,0; Glycin 23,3; Histidin 0,9; Hydroxylysin 1,5; Hydroxyprolin 12,3; Isoleucin 1,2; Leucin 2,6; Lysin 3,3; Methionin 0,9; Phenylalanin 1,6; Prolin 13,7; Serin 3,4; Threonin 1,9; Tyrosin 0,6; Valin 2,2.

**Hinweis:** Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

**Abtei Gelatine Pulver**

- Zur Unterstützung der Eiweißzufuhr
- Für Knochen und Muskeln

Abtei - 107 Naturrezepte für Ihre Gesundheit