

# whey protein isolate recovery Joghurt-Himbeer

PZN 15264294

UVP inkl. Mwst 39,90 €

UVP netto 37,29 €

Füllmenge: 840g

## Inhaltsstoffe:

**Molkenproteinisolat** ( 84 %), L-Glutamin (8,7 %), Aroma, Magnesiumcitrat, färbendes Lebensmittel Rote Beete Extrakt, Cholinbitartrat ( 0,7 %, davon 41 % Cholin), Säuerungsmittel Apfelsäure, Rhodiola-Extrakt (0,3 %), Süßungsmittel Sucralose, Zinkcitrat, Pyridoxal-5-Phosphat, Cholecalciferol (Vitamin D3).

## Nährwerte:

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g Pulver	pro Portion ( 30 g Pulver/200 ml Wasser)***	% NRV* pro Portion (30 g)
Energie	1489 kJ / 350 kcal	447 kJ / 105 kcal	
Fett	0,7 g	< 0,5 g	
- davon gesättigte Fettsäuren	0,3 g	0,1 g	
Kohlenhydrate	4,0 g	1,2 g	
- davon Zucker	1,5 g	0,5 g	
Eiweiß	84 g	25 g	
Salz	0,68 g	0,20 g	
<b>Mineralstoffe</b>			
Magnesium	349 mg	105 mg	28 %
Zink	33,3 mg	10 mg	100 %
<b>Vitamine</b>			
Vitamin D	83 µg	25 µg	500 %
Pyridoxal-5-Phosphat	10,8 mg	3,6 mg	
davon Vitamin B6	6,7 mg	2 mg	143 %
<b>Sonstige Stoffe</b>			
Cholin	283 mg	85 mg	**
Rhodiola-Extrakt	333 mg	100 mg	**
davon Rosavin	10 mg	3,0 mg	

## Aminosäurenverteilung

Aminosäuren			pro 100 g reines Protein
L-Leucin	8,2 g	2,5 g	10,1 g
L-Isoleucin	4,5 g	1,4 g	5,5 g
L-Lysin	7,2 g	2,2 g	8,9 g
L-Methionin	1,6 g	0,5 g	2,0 g
L-Phenylalanin	2,3 g	0,7 g	2,8 g
L-Threonin	4,4 g	1,3 g	5,4 g
L-Tryptophan	1,4 g	0,4 g	1,7 g
L-Valin	3,9 g	1,2 g	4,8 g
L-Histidin	1,2 g	0,4 g	1,5 g
L-Arginin	1,7 g	0,5 g	2,1 g
L-Cystein	2,0 g	0,6 g	0,6 g
Glycin	1,2 g	0,4 g	1,5 g
L-Alanin	3,6 g	1,1 g	4,4 g
L-Serin	3,1 g	0,9 g	3,8 g
L-Prolin	3,7 g	1,1 g	4,6 g
L-Tyrosin	2,3 g	0,7 g	2,8 g
L-Asparagin + L-Asparaginsäure	8,0 g	2,4 g	9,8 g
L-Glutamin + L-Glutaminsäure	21,0 g	6,3 g	25,8 g

\* Prozent der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr (= Nährstoffbezugswerte)

\*\* Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

\*\*\* Bei anderen Zubereitungen als mit Wasser sind geänderte Energie- und Nährwerte zu berücksichtigen

Hochwertiges Eiweißpulver angereichert mit L-Glutamin, Cholin, Rhodiola-Extrakt, Magnesium, Zink, Vitamin B6 und Vitamin D3. Das Whey Protein Isolate ist die ideale kalorienarme Eiweißquelle nach dem Ausdauer- und Krafttraining. Das hochreine Eiweiß kann innerhalb kürzester Zeit von Deinem Körper aufgenommen werden. Die zugefügten Vitalstoffe fördern die Regeneration, tragen zu einer Verringerung von Müdigkeit bei und wirken positiv auf den Fettstoffwechsel. Geschmack: Joghurt-Himbeer. Inhalt: 840 g – 28 Portionen.

for you whey protein isolate Joghurt-Himbeer ist ein sehr hochwertiges Molkenproteinisolat. Es wurde im Mikrofiltrationsverfahren hergestellt und ist somit sehr rein. Es enthält ausschließlich Molkenproteinisolat, mit einem Anteil von 84% und ist überaus kohlehydratarm und fettarm.

Angereichert mit L-Glutamin, Rhodiola-Extrakt, Magnesium, Vitamin B6 und Vitamin D3 unterstützt es Deinen Körper optimal bei der Regeneration. Es verringert Müdigkeit und liefert neue Energie.

Aufgrund des sehr geringen Kohlenhydratgehalts ist das Isolat auch ideal während einer Low-Carb Diät, zugefügtes Cholin und Zink kurbeln den Fettstoffwechsel zusätzlich an.

Es hat ein optimales Aminosäureprofil und einen hohen Anteil an essentiellen Aminosäuren. Das Isolat ist besser verträglich und kann vom Körper schneller aufgenommen werden, als herkömmliches Molkenproteinpulver. Kein Eiweiß landet so schnell in der Blutbahn, wie ein Isolat. Es wird daher von Sportlern sehr gerne nach dem Training als bevorzugte Eiweißquelle eingesetzt. Auch

während intensiverer Trainingsphasen ist es ideal, da es sowohl Muskelwachstum als auch -erhalt unterstützt.

Eiweiß trägt zum Aufbau und der Erhaltung von Muskelmasse und normalen Knochen bei. Das Eiweißisolat wird in einem aufwendigen Prozess hergestellt, ist mikrofiltriert und damit sehr rein. Laktosearm, kohlehydratarm, fettarm, sojafrei, weizenfrei

Kann vom Körper sehr gut aufgenommen werden, durch den hohen Anteil an essentiellen Aminosäuren.

Cholin unterstützt den Fettstoffwechsel, die Gesundheit der Leber und einen normalen Homocystein-Stoffwechsel. Rhodiola-Extrakt kann die Erholungszeiten nach körperlicher und geistiger Anstrengung verkürzen und trägt dazu bei, ausgeglichen und leistungsfähig zu bleiben.

Zink trägt zu einer normalen Eiweißsynthese, einem normalen Fettstoffwechsel und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei

Vitamin B6 trägt zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung und zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Vitamin D trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.

Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion, einem normalen Energiestoffwechsel, einer normalen Eiweißsynthese und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Leckerer und fruchtiger Joghurt-Himbeer-Geschmack

Der fruchtige Joghurt-Himbeer-Geschmack macht das for you whey protein isolate recovery zu einem Genuss, egal ob als schneller Proteinkick am Morgen, Low-Carb-Shake zur Mittagszeit oder hochwertige Proteinquelle nach dem Workout.

Da es kaum Milchzucker enthält, ist es auch für Personen mit einer Laktoseintoleranz geeignet.

#### Mikrofiltrationsverfahren

Durch das Mikrofiltrationsverfahren (Microfiltered Whey Protein) wird das Eiweiß durch Keramikfilter mikrogefiltert und somit reiner.

Bioaktive Proteinfractionen wie z.B. Alpha Lactalbumin, Beta Lactalbumin und Glycomacropeptide, die das Immunsystem unterstützen und die Resorption vieler Mineralstoffe verbessern, bleiben so erhalten. Mikrofiltriertes Whey Protein Isolate kann vom Körper schneller aufgenommen und absorbiert werden. Kohlehydrate, Fett und Laktose sind durch den Herstellungsprozess in nur noch sehr geringen Mengen enthalten.

#### **Verzehrempfehlung:**

1-2 mal täglich eine Portion trinken.

#### **Zubereitung:**

Pro Portion 30 g Pulver (=2 gestrichene Dosierlöffel) mit 200 ml Wasser oder alternativ anderen Flüssigkeiten wie Milch oder Mandeldrink in einen Mixbecher geben und 20 Sekunden lang schütteln. Produkt nach dem Zubereiten 30 Sekunden stehen lassen, damit sich das Pulver vollständig auflösen kann.

**Wichtige Hinweise:**

Die angegebene empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden! Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine und ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

**IFS:**

**Unsere for you Produkte sind nach dem IFS Food Standard zertifiziert.**

Der anerkannte IFS Food Standard dient der Auditierung von Lebensmittelherstellern hinsichtlich Lebensmittelsicherheit und Qualität der Verfahren und Produkte.

**Keywords:**

for you whey protein isolate recovery, recovery, aminosäuren, eiweiß, protein, molkenprotein isolat, fitness, workout

**Einsatzgebiet:**

Für jeden ideal, der eine low carb Ernährung anstrebt. Das whey ist der perfekte Diät-Begleiter. Für Sportler, die ihren Muskelaufbau fördern möchten. Nach dem Sport zur Regeneration dank L-Glutamin, Cholin und Rhodiola-Extrakt.

**USP:**

Es enthält ausschließlich Molkenproteinisolat, mit einem Anteil von 84% und ist überaus kohlehydratarm und fettarm. Angereichert mit L-Glutamin, Rhodiola-Extrakt, Magnesium, Vitamin B6 und Vitamin D3. Es hat ein optimales Aminosäureprofil und einen hohen Anteil an essentiellen Aminosäuren. Es ist laktosearm, kohlehydratarm, fettarm, sojafrei und weizenfrei.

**Website:**

<https://www.foryouhealth.de/for-you-whey-protein-isolate-recovery.html>