

Pulverförmiges Molkenmischerzeugnis aus eiweißangereichertem Molkenpulver zur Herstellung einer joghurtartigen Speise.  
Mit Inulin (19,8%) und Milchsäurekulturen.

Mixed whey product made from protein-enriched whey powder for the preparation of a food similar to yoghurt.  
With inulin (19.8%) and lactic acid cultures.

Angaben nur für die Schweiz: Molkepulver mit Inulin und Kulturen zur Herstellung einer joghurtartigen Speise.

**DE ZUBEREITUNG NUR IM FITLINE JOGHURTBEREITER:** aus 1 Beutel FitLine Joghurt (à 50,5 g) und 1 Liter hitzebehandelte Milch mit Raumtemperatur ca. 20°C ergeben sich 5 Portionen.

1. Innenbehälter zur Hälfte mit Milch befüllen.
2. Den gesamten Inhalt eines Beutels FitLine Feel Good\* Joghurt dazu geben und mit einem elektrischen Handmixer oder Schneebesen verrühren, bis das Pulver gelöst ist.
3. Restliche Milch hinzufügen und nochmals gründlich verrühren.
4. Wenn alles gut verrührt ist, den Deckel des Innenbehälter aufsetzen und möglichst viel Luft herausdrücken.
5. Den Außenbehälter bis zur Oberkante der Auflagen für den Innenbehälter mit kochendem Wasser befüllen (ca. 0,5l).
6. Den Innenbehälter einsetzen.
7. Deckel des Außenbehälters aufsetzen und mit einer leichten Drehbewegung einrasten.
8. Für einen optimalen Joghurt-Reifeprozess den FitLine Joghurtbereiter:
  - mindestens 10 Stunden bei Raumtemperatur und vor Zugluft geschützt (idealerweise auf einem isolierenden Untergrund wie einem Holzbrett) stehen lassen
  - während des Joghurt-Reifeprozesses nicht öffnen und nicht bewegen.
9. Den Innenbehälter mit dem fertigen FitLine Feel Good\* Joghurt vor dem Verzehr 8–10 Stunden in den Kühlschrank stellen.
10. Der FitLine Feel Good\* Joghurt kann maximal 5 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.

**VERZEHREMPFELHUNG:** 200 ml des verzehrfertigen Produktes pro Tag.

**HINWEIS:** Eine kürzere Reifezeit ergibt einen milderen Joghurt, der nicht stichfest wird.

Die Verwendung fettreicherer Milch z. B. mit 3,5–3,8% ergibt einen besonders cremigen Joghurt.

**EN PREPARATION ONLY IN FITLINE YOGHURT MAKER:** From 1 sachet of FitLine Yoghurt (50.5 g) and 1 liter of heat-treated milk at room temperature ( approx. 20°C), you can make 5 servings.

1. Fill the inner container halfway with milk.
2. Add the entire contents of one sachet of FitLine Feel Good\* Yoghurt and mix with an electric hand mixer or whisk until the powder is dissolved.
3. Add the remaining milk and stir thoroughly again.
4. Once well mixed, place the lid on the inner container and press out as much air as possible.
5. Fill the outer container with boiling water up to the top edge of the supports for the inner container (approx. 0.5 liters).
6. Insert the inner container.
7. Place the lid on the outer container and secure it with a slight twisting motion.
8. For an optimal yoghurt fermentation process, let the FitLine yoghurt maker:
  - Stand for at least 10 hours at room temperature, protected from drafts (ideally on an insulating surface, such as a wooden board).
  - Do not open or move it during the fermentation process.
9. Place the inner container with the finished FitLine Feel Good\* Yoghurt in the refrigerator for 8–10 hours before consumption.
10. The FitLine Feel Good\* Yoghurt can be stored in the refrigerator for up to 5 days.

**RECOMMENDATION FOR USE:** consume 200 ml of ready-to-use product a day.

**NOTE:** A shorter fermentation time will result in a milder yoghurt that will not set.  
Using higher-fat milk, e.g., with 3.5–3.8%, results in an especially creamy yoghurt.

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g Pulver per 100 g powder	% NRV <sup>1</sup>	pro Portion (200 ml verzehrfertig) <sup>2</sup> per Portion (200 ml prepared) <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Energie / Energy	1279 kJ / 303 kcal		372 kJ / 88 kcal	
Fett / Fat	1,0 g		0,73 g	
davon gesättigte Fettsäuren / of which Saturates	0,67 g		0,46 g	
Kohlenhydrate / Carbohydrate	33 g		10 g	
davon Zucker / of which Sugars	33 g		10 g	
Ballaststoffe / Fibre	17 g		1,7 g	
Eiweiß / Protein	33 g		10 g	
Salz / Salt	1,7 g		0,40 g	
Calcium	670 mg	84	320 mg	40
Phosphor / Phosphorus	830 mg	119	280 mg	40
Niacin	148 mg	925	15 mg	94
Inulin	19,8 g		1,9 g	

<sup>1</sup> NRV (Prozentwert der Referenzmenge für die Tageszufuhr (Erwachsene) / percent of the daily reference intake value (adults))

<sup>2</sup> 200 ml verzehrfertiges Produkt zubereitet aus 50,5 g Pulver und 1 Liter entrahmter Milch (0,3% Fett) / 200 ml of the ready-to-consume product prepared with 50.5 g of powder and 1 liter of skimmed milk (0.3% fat)

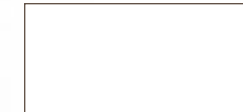
Die Packung ergibt 30 Portionen à 200 ml verzehrfertige Portionen.  
The package produces 30 ready to use portions of 200 ml.

**DE ZUTATEN:** Eiweißangereichertes **Molkenpulver**, Inulin (19,8%), Rindergelatine, Niacin, Milchsäurekulturen (mit **Milch, Lactose**) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), natürliches Aroma.

**EN INGREDIENTS:** Protein enriched **whey powder**, inulin (19.8%), bovine gelatin, niacin, lactic acid culture (with **milk, lactose**) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), natural flavour.

FitLine®

Feel Good\*  
Joghurt / Yoghurt



Exklusiv entwickelt und hergestellt für die PM-International Gruppe.  
Exclusively developed and manufactured for PM-International Group.

Hervorragende Produktqualität entsprechend dem internationalen GMP Standard.  
Excellent product quality according to international GMP standards.

Verpackung idealerweise im Kühlschrank aufbewahren. Mindestens haltbar bis Ende und Ch.-/DL.: siehe Seite und Einzelbeutel. Kühl und trocken lagern. / Ideally, keep pack in the refrigerator. Best before end and Lot No.: see side and individual package. Store in a cool, dry place.

**HINWEIS:** Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. / **CAUTION:** Please note that it is important to ensure a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

\* Calcium trägt zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei.  
Calcium contributes to the normal function of digestive enzymes.



PM-International AG  
An der Hofweide 17, 67346 Speyer, Germany  
www.fitline.com



6 Beutel à / packages of 50,5 g e = 303 g