

Produit de lactosérum mélangé à base de poudre de lactosérum enrichie en protéines pour la préparation d'un aliment similaire au yaourt.
Avec de l'inuline (19,8%) et des cultures d'acide lactique.

Weï-mixproduct in poedervorm gemaakt van eiwitverrijkt weipoeder voor het maken van een yoghurtachtige drank;
met inuline (19,8%) en melkzuurculturen.

FR PREPARATION UNIQUEMENT DANS LA YAOUTIERE FITLINE : Utiliser 1 sachet de FitLine « Feel Good » (50,5 g) et 1 litre de lait écrémé (0,3 % de matières grasses, à température ambiante environ 20°C) pour 5 portions :

1. Remplir à moitié le récipient intérieur avec du lait écrémé, ajoutez progressivement le contenu du sachet de FitLine « Feel Good ».
2. Fouetter soigneusement jusqu'à ce que la poudre soit complètement dissoute.
3. Ajouter le reste du lait jusqu'à la marque (environ 1 litre au total), bien mélanger.
4. Placer le couvercle sur le récipient interne, en appuyant pour chasser l'air autant que possible.
5. Verser l'eau bouillante dans le récipient externe jusqu'au bord supérieur du récipient intérieur.
6. Mettre le récipient interne dans le récipient externe.
7. Placer le couvercle sur le récipient extérieur et laisser reposer environ 10 heures à température ambiante. Moins de temps de repos donnera un goût plus doux, un temps de repos plus long donnera une acidification plus forte.
8. Pour plus d'anage et de fraîcheur mettre la préparation « Feel Good » prête à l'emploi au réfrigérateur pendant 8 à 10 heures.

Peut être conservé au réfrigérateur jusqu'à 5 jours. Idéal en combinaison avec FitLine Basics.

CONSEILS D'UTILISATION : consommer 200 ml de préparation par jour.

NL BEREIDING ENKEL IN DE FITLINE YOGHURTMAKER: 1 zakje FitLine "Feel Good" (elk 50,5 g) en 1 liter magere melk (0,3% vet, kamertemperatuur ca. 20°C) voor 5 porties:

1. Vul de binnencontainer voor de helft met magere melk, voeg geleidelijk de inhoud van het zakje "Feel Good" toe.
2. Roer grondig met een garde tot het poeder volledig is opgelost.
3. Voeg de rest van de melk toe (voor ca. 1 liter), roer goed door.
4. Plaats het deksel van de binnencontainer en duw er zoveel mogelijk lucht uit.
5. Giet kokend water in de buitencontainer tot aan de bovenrand van de steunen voor de binnencontainer.
6. Plaats de binnencontainer.
7. Doe het deksel van de buitenste container erop en laat deze 10 uur staan bij kamertemperatuur;
Een kortere rijpingstijd resulteert in een mildere smaak, een langere rijpingstijd resulteert in sterkere verzuring.
8. Zet de afgewerkte "Feel Good" 8-10 uur in de koelkast om vervolgens te rijpen en af te koelen, waar deze maximaal 5 dagen kan worden bewaard. Optimaal in combinatie met FitLine Basics.

AANBEVOLEN GEBRUIK: 200 ml van het kant-en-klare product per dag.

6 Sachets à / zakjes van 50,5g **e** = 303g



PM-International Belgium BV
Horizon Park – Building 10 · Leuvensesteenweg 510 – B10 · 1930 Zaventem, Belgium
PM-International AG
An der Hofweide 17 · 67346 Speyer, Germany
www.fitline.com



Teneur moyenne Gemiddeld gehalte	pour 100 g de poudre per 100 g poeder	% AJR ¹ % ADH ¹	Par portion (200ml de préparation) ² per portie (200 ml bruikbaar) ²	% AJR ¹ % ADH ¹
Energie	1279 kJ 303 kcal		372 kJ 88 kcal	
Lipides / Vet dont acides gras saturés / waaran verzadigde vetzuren	1,0 g 0,67 g		0,73 g 0,46 g	
Glucides / Koolhydraten dont sucres / waaraan suikers	33 g 33 g		10 g 10 g	
Fibres alimentaires / Voedingsvezels	17 g		1,7 g	
Protéines / Eiwit	33 g		10 g	
Sel / Zout	1,7 g		0,40 g	
Calcium	670 mg	84	320 mg	40
Phosphore / Fosfor	830 mg	119	280 mg	40
Niacine	148 mg	925	15 mg	94
Inuline	19,8 g		1,9 g	

¹ AJR (Pourcentage des Apports Journaliers Recommandés pour un adulte) /
ADH (Procentuele waarde als referentiewaarde per dag (volwassenen))

² 200 ml de produit prêt-à-consommer préparé avec 50,5g de poudre et 1 litre de lait écrémé
(0,3% de matières grasses) / kant-en-klare producten van 200 ml gemaakt van 50,5 g poeder en
1 liter magere melk (0,3% vet)

Le paquet donne 30 portions de 200ml prêtes à consommer.
De verpakking maak 30 porties van 200 ml kant-en-klare porties.

FR INGREDIENTS : lactosérum en poudre enrichi en protéines, inuline (19,8%), gélatine bovine, Niacine, Culture d'acide lactique (avec du lait. Lactose) (espèces Bifidobacterium, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), arôme naturel.

NL INGREDIENTEN: Eiwitverrijkt weipoeder, inuline (19,8%), rundergelatine, niacine, melkzuurculturen (met melk. lactose) (Bifidobacterium-soorten, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. Bulgaricus, Streptococcus thermophilus), natuurlijk aroma.

FitLine®

Feel Good*



Exclusivement développé et fabriqué pour le groupe PM-International. Exclusief ontwikkeld en geproduceerd voor de PM-International Group.

Brevet / Gepatenteerd

Excellente qualité du produit selon les normes internationales GMP. Uitstekende productkwaliteit volgens de internationale GMP standaard.

Conservé idéalement au réfrigérateur. A consommer de préférence avec fin et numéro du lot de fabrication: voir le bandeau blanc et sur chaque sachet. Conservez dans un endroit frais et sec. Bewaar de verpakking bij voorkeur in de koelkast. Ten minste houdbaar tot het einde en chargenummer: zie pagina en individuele zakken. Op een koele en droge plaats bewaren.

AVERTISSEMENT : Il est important de veiller à une alimentation variée et équilibrée ainsi qu'un mode de vie sain. Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitantes. / **OPMERKINGEN:** Eet een gevarieerde en evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl. Het product is niet geschikt voor zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven.

* Le calcium contribue au fonctionnement normal des enzymes digestives. Calcium draagt bij tot de normale werking van spijsverteringsenzymen.



NUT 847/55