

Jauhemainen proteinrikas herajauhe valmistettu jogurtin omanlaisen valmistein.
Sisältää inuliinia (19,8%) ja maitohappobakteerikantoja.
Vassleprodukt tillverkad av proteinberikat vasslepulver för beredning av yoghurtliknande livsmedel.
Med inulin (19,8%) och mjölksyre kulturer.

Sisältö keskimäärin Innehåll i genomsnitt	per 100 g jauhetta/pulver	per annos/portion (200 ml valmista jogurttia/färdig yoghurt) ²	% NRV ¹	% NRV ¹
Energiaa/energi	1279 kJ / 303 kcal	372 kJ/88 kcal		
Rasvaa/fett	1,0 g	0,73 g		
josta tyydyttyneitä rasvahappoja varav mättade fettsyror	0,67 g	0,46 g		
Hiilihydraatteja/kolhydrater	33 g	10 g		
josta sokereita/varav socker	33 g	10 g		
Ravintokuituja/kostfiber	17 g	1,7 g		
Proteiinia/protein	33 g	10 g		
Suolaa/salt	1,7 g	0,40 g		
Kalsiumia/kalcium	670 mg	84	320 mg	40
Fosforia/fosfor	830 mg	119	280 mg	40
Niasiinia/niacin	148 mg	925	15 mg	94
Inuliinia/inulin	19,8 g	1,9 g		

¹ NRV (prosenttia päivittäisestä saantiarvosta (aikuiset)/ procent av dagligt referensvärde (vuxen))
² 200 ml nautintavalmista tuotetta valmistettu 50,5 g:sta jauhetta ja 1 litrasta vähärasvaista maitoa
(0,3 % rasvaa)/ 200 ml färdig produkt producerad av 50,5 g pulver och ca. 1 liter skummjolk
(0,3 % fett)

FI VALMISTUS AINOASTAAN FITLINE-JOGURTIN VALMISTUSASTIASSA: Lisää 1 pussi FitLine “Pro-B-4 –jogurttia” (ä 50,5g) 1 litraan vähärasvaista maitoa (n. 20°C huoneen lämpöistä, rasvaa 0,3 %) valmistaaksesi 5 annosta jogurttia: 1. Täytä jogurtinvalmistusastian sisäastia puolilleen vähärasvaisella maidolla lisää 1 pussi FitLine “Pro-B-4 –jogurttia”. 2. Sekoita huolellisesti vispilällä, kunnes jauhe on luennut kunnolla. 3. Lisää loppumaito (yhteensä 1 l) sekoita hyvin. 4. Sulje sisäastia huolellisesti ja purista mahdollisimman paljon ilmaa pois. 5. Kaada kiehuva vettä ulkoastian merkinän yläreunaan. 6. Laita sisäastia ulkoastiaan. 7. Aseta ulkoastian kansi paikoilleen ja anna seistä noin 10 tuntia huoneenlämmössä. Lyhyempi kypsymisaika tekee mausta miedomman, pidempi kypsymisaika tekee siitä happamamman. 8. Siirrä “Pro-B-4 –jogurtti” edelleen kypsymään ja säilytettäväksi jääkaappiin, jossa sitä voidaan säilyttää enintään 5 päivää. Paras yhteisvaikutus yhdessä FitLine Basicsin kanssa.
KÄYTTÖSUOSITUS: nauti 200 ml valmista tuotetta päivittäin.

SE TILLREDNING ENDAST I FITLINE YOGHURTBEREDARE: Använd 1 påse FitLine “Pro-B-4 Yoghurt” (50,5 g) och 1 liter skummjolk (0,3 % fett, rumstempererad, ca 20 °C) för 5 portioner: 1. Fyll den inre yoghurtberedaren till hälften med skummjolk. Tillsätt innehållet av FitLine “Pro-B-4 Yoghurt”-påsen. 2. Vispa noggrant tills pulvret är helt upplöst. 3. Tillsätt resten av mjölken upp till markeringen (totalt ca 1 liter), vispa noggrant. 4. Förslut den inre behållaren med locket och tryck ut så mycket luft som möjligt. 5. Häll kokande vatten i den yttre behållaren upp till kanten av klackarna i botten. 6. Sänk ner den inre behållaren i den yttre. 7. Förslut med locket på den yttre behållaren och lagra i ca 10 timmar i rumstemperatur. Kortare lagringstid ger en mildare smak. Längre lagringstid ger en lite syrligare smak. 8. För ytterligare mognad och kylning förvara den färdiga Pro-B-4 Yoghurten i kylskåpet där den kan förvaras i upp till 5 dagar. Bäst i kombination med FitLine Basics.
REKOMMENDERAD ANVÄNDNING: 200 ml färdig produkt per dag.

6 pussia/påsar ä 50,5g **e** = 303g
Ihanteellinen säilytettäväksi jääkaapissa. Parasta ennen ja eränro: katso pakkaus ja yksittäispakkaus. Säilytä viileässä ja kuivassa. / Idealt att förvara förpackningen i kylskåp. Bäst före och Lot nr.: se sidan av förpackningen samt respektive påse. Förvaras torrt och svalt.

DE
BY 563
EG

Pakkaus sisältää 30 nautintavalmista annosta ä 200 ml.
Förpackningen ger 30 färdiga portioner ä 200 ml.
FI AINEOSAT: proteiinilla rikastettu makea herajauhe, inuliini (19,8 %), naudan liivate, niasiini, maitohappobakteerikannat (sis. maito, laktoosi) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), aromi.

SE INGREDIENSER: Proteinberikat vasslepulver, inulin (19,8 %), bovin gelatin, niacin, mjölksyrakultur (med mjölk, laktos) (Bifidobacterium arter, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), arom.

VAROITUS: ei tule käyttää monipuolisen ja tasapainoisen ruokavalion eikä terveiden elintapojen korvikkeena.
WARNING: Observera vikten av att upprätthålla en varierad och balanserad kost och en hälsosam livsstil.



* Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus
Bifidobacterium arter, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus

Erinomainen laatu kansainvälisen GMP-standardin mukaan.
Höckvalitetsprodukt i enlighet med internationell GMP-standard.

Valmistettu ja pakattu yksinoikeudella PM-International Group:lle.
Producerad och förpackad exklusivt för PM-International Group.

Patentoitu/Patenterad

Maahantuoja/Importör
PM-International Finland Oy
Porttikaari 1
01200 VANTAA
www.fitline.fi
PM Sweden AB
Box 1278
S-262 24 ÄNGELHOLM
www.fitline.com



Pro-B-4

Jogurtti

Yoghurt

Tarjollehdotus
Serveringsförslag



4 bakteerikulttuuria*
Med 4 bakteriekulturer*

