

Jauhemainen, proteiinilla rikastetusta herajauheesta valmistettu heratuote jogurtin omaisen juoman valmistamiseen.
Sisältää inuliinia (19,8 %) ja maitohappobakteerikantoja.
Blandad vasselprodukt gjord på proteinberikat vasslepulver för framställning av yoghurtliknande drink, med inulin (19,8 %) och mjölktsyrakulturer.

- FI VALMISTUS AINOASTAAN FITLINE-JOGURTIN VALMISTUSASTIASSA:** Lisää 1 pussi FitLine “Feel Good Jogurttijuomaa” (à 50,5 g) 1 litraan vähärasvaista maitoa (n. 20°C huoneen lämpöistä, rasvaa 0,3 %) valmistaksesi 5 annosta jogurttia:
1. Täytä jogurtinvalmistusastian sisäastia puoliin vähärasvaisella maidolla, lisää 1 pussi FitLine “Feel Good Jogurttijuomaa”.
 2. Sekoita huolellisesti, kunnes jauhe on liuenut kunnolla.
 3. Lisää loppumaito (yhteensä 1 l) sekoita hyvin.
 4. Sulje sisäastia huolellisesti ja purista mahdollisimman paljon ilmaa pois.
 5. Kaada kiehuva vettä ulkoastian merkinnän yläreunaan.
 6. Laita sisäastia ulkoastiaan.
 7. Aseta ulkoastian kansi paikoilleen ja anna seistä noin 10 tuntia huoneenlämmössä. Lyhyempi kypsymsaika tekee mausta miedomman, pidempi kypsymsaika tekee siitä happamamman.
 8. iirä “Feel Good Jogurttijuoma” edelleen kypsyämään ja säilytettäväksi jääkaappiin, jossa sitä voidaan säilyttää enintään 5 päivää. Paras yhdessä FitLine Basicsin kanssa.

KÄYTTÖSUOSITUS: nauti 200 ml valmistua päivittäin.

- SE TILLREDNING ENDAST I FITLINE YOGHURTBEDARE:** Använd 1 påse FitLine “Feel Good Yoghurtdrink” (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 “Feel Good Yoghurtdrink”-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. Håll 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 laga 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 “Feel Good Yoghurtdrink” 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 à 50,5 g **e** = 303 g



Maahantuojat / Importör
PM-International Finland Oy
Porttikaaari 1
01200 VANTAA
www.fitline.com

PM Sweden AB
Box 1278
S-262 24 ÄNGELHOLM
www.fitline.com



Sisältö keskimäärin Innehåll i genomsnitt	per 100 g % NRV ¹ jauhetta/ pulver	per annos/portion % NRV ¹ (200 ml valmistua jogurttia/ färdig yoghurt) ²
Energiaa / energi	1256 kJ 298 kcal	389 kJ 92 kcal
Rasvaa / fett josta hyödyntyneitä rasvahappoja / varav mättade fettsyror	1,3 g 0,81 g	0,75 g 0,47 g
Hiihdyttäviä / kolhydrater josta sokereita / varav socker	40 g 40 g	11 g 11 g
Ravintokuituja / kostfiber	17 g	1,7 g
Proteiinia / protein	23 g	9,2 g
Suolaa / salt	2,0 g	0,44 g
Kalsiumia / kalcium	830 mg 104	330 mg 41
Fosforia / fosfor	1030 mg 147	300 mg 43
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 nautintavalmistua tuotetta valmistettu 50,5 g:sta jauhetta ja 1 litraa vähärasvaista maitoa (0,3 % rasvaa) / 200 ml färdig produkt producerad av 50,5 g pulver och ca. 1 liter skummjolk (0,3 % fett)

Pakkaus sisältää 30 nautintavalmistua annosta à 200 ml.
Förpackningen ger 30 färdiga portioner à 200 ml.

- FI AINESOSAT:** proteiinilla rikastettu herajauhe, inuliini (19,8 %), niasiini, maitohappobakteerikannat (sisältää maitoa, laktoosia) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), luontainen aromi.
- SE INGREDIENSER:** Proteinberikat vasslepulver, inulin (19,8 %), niacin, mjölktsyrakulturer (med mjölk, laktoos) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), naturlig arom.

Tuotteen pääraaka-aineen alkuperämaa on eri kuin tuotteen alkuperämaa.
Ursprungslandet för produktens huvudsakliga råvara skiljer sig från produktens ursprungsland.



Kehitetty ja valmistettu yksinoikeudella
PM-International Group:lle.
Exklusivt producerad och utvecklad för
PM-International Group.

Patentoitu / Patenterad

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

Intanteellinen säilytettäväksi jääkaapissa. Parasta ennen (kk/vv) loppua. Ks. päiväys sekä eränumero pakkauksesta ja yksittäisestä pussista. Säilytä viileässä ja kuivassa.
Idealt att förvara förpackningen i kylskåp. Bäst före i slutet av (mm/åå). Bäst före och Lot nr.: se sidan av förpackningen samt respektive påse. Förvaras torrt och svalt.

VAROITUS: On tärkeää varmistaa monipuolinen ja tasapainoinen ruokavalio ja terveellinen elämäntapa. / **WARNING:** Observera vikten av att upprätthålla en varierad och balanserad kost och en hälsosam livsstil.

* Kalsium edistää ruoansulatusentsyymien normaalia toimintaa.
Kalcium bidrar till den normala funktionen av matsmältningsenzym.

