

Mezcla de suero de leche en polvo preparada a partir de suero de leche enriquecido en proteínas para la preparación de una bebida semejante al yogur; con inulina (19,8%) y bacterias del ácido láctico.

Mistura de soro de leite em pó, preparada a partir de soro de leite enriquecido com proteínas, para a preparação de uma bebida semelhante ao iogurte; contém inulina (19,8%) e bactérias do ácido láctico.

ES PREPARACIÓN SOLO EN LA YOGURTERA FITLINE: Usar 1 paquete de FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink" (de 50,5 g) y 1 litro de leche desnatada (0,3 % mg a temperatura ambiente aprox. 20 °C), para 5 raciones:

1. Llenar la mitad del recipiente interior para yogur con leche desnatada, añadir el contenido de una bolsa de FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink".
2. Batir bien hasta que el polvo se haya disuelto completamente.
3. Añadir el resto de la leche hasta la marca (sobre 1 litro del total) removiendo bien.
4. Coloque la tapa en el recipiente interior, presionando hacia fuera tanto aire como sea posible.
5. Vierta el agua hirviendo en el recipiente exterior hasta el borde superior de la marca para el recipiente interior.
6. Coloque el recipiente interior en el recipiente exterior.
7. Coloque la tapa en el recipiente exterior y guárdela durante aproximadamente 10 horas a temperatura ambiente. Menos tiempo de almacenamiento da lugar a un gusto más suave, tiempo de almacenamiento más largo una acidificación más fuerte.
8. Para madurar y enfriar más, ponga "Feel Good Yogurt-Drink" listo para usar en el refrigerador donde se puede almacenar hasta 5 días. Mejor en combinación con FitLine Basics.

RECOMENDACIÓN DE USO: consumir 200 ml de producto listo para usar al día.

PT PREPARAÇÃO, SÓ NA IOGURTEIRA FITLINE: Usar 1 pacote de FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink" (50,5 g) e 1 litro de leite magro (0,3 % de matéria-gorda, à temperatura ambiente aprox. 20°C) para 5 porções:

1. Encher até metade do recipiente interno com leite magro e adicionar aos poucos o conteúdo da saqueta FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink".
2. Misturar, até que o pó fique completamente dissolvido.
3. Adicionar o restante leite até à marca (cerca de 1 litro no total) e envolver muito bem.
4. Colocar a tampa no recipiente interno, pressionando o máximo a saída de ar possível.
5. Verter água a ferver no recipiente exterior, até à borda superior da marca do recipiente interno.
6. Colocar o recipiente interno dentro do recipiente externo.
7. Colocar a tampa no recipiente exterior e armazenar durante 10 horas à temperatura ambiente. Um menor tempo de armazenamento, resultará num sabor mais suave. Se mais prolongado, mais intensa será a acidificação.
8. Para facilitar a maturação e arrefecimento, colocar o preparado "Feel Good Yoghurt-Drink" pronto no frigorífico, onde pode ser armazenado até 5 dias. Melhor em combinação com FitLine Basics.

RECOMENDAÇÃO: consumir 200 ml de produto já preparado, 1 vez por dia.

6 paquetes/pacotes de 50,5g e = 303g



M-International PM Luxfit, S.L.

C/ Rennes, 5 Bajo Local, 03730 JAVEA - ESPAÑA

PM-International Portugal Lda.

Praceta do Castelo, Lote 06, 4705-629 BRAGA - PORTUGAL

www.fitline.com



Valor promedio Valor médio	por 100 g de polvo / pó	% VRN ¹	por porción / porção (200 ml de bebida preparada) ²	% VRN ¹
Energía	1256 kJ 298 kcal		389 kJ 92 kcal	
Grasa / Lípidos de las cuales, saturadas / dos quais Saturados	1,3 g 0,81 g		0,75 g 0,47 g	
Carbohidratos / Hidratos de Carbono de los cuales azúcar / dos quais açúcares	40 g 40 g		11 g 11 g	
Fibra	17 g		1,7 g	
Proteínas	23 g		9,2 g	
Sal	2,0 g		0,44 g	
Calcio / Cálcio	830 mg	104	330 mg	41
Fósforo	1030 mg	147	300 mg	43
Niacina / Vitamina B ₃ (niacina)	148 mg	925	15 mg	94
Inulina	19,8 g		1,9 g	

¹ VRN (valor de referencia de nutrientes / valores de referência do nutriente)

² 200 ml de producto listo para consumir, preparado con 50,5 g de polvo y 1 litro de leche desnatada (0,3 % mg) /
200 ml de produto pronto a consumir, preparado com 50,5 g de pó e 1 litro de leite magro (0,3 % matéria gorda)

El contenido del envase sirve para preparar 30 porciones de 200 ml.

O conteúdo da embalagem serve para preparar 30 porções prontas a consumir de 200 ml.

ES **INGREDIENTES:** Polvo de suero de leche enriquecido en proteínas, inulina (19,8%), niacina, bacterias del ácido láctico (con leche, lactosa) (Especies de bifidobacterias, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), aroma natural.

PT **INGREDIENTES:** Soro de leite em pó enriquecido com proteínas, inulina (19,8%), vitamina B₃ (nicotinamida, ácido nicotínico), bacterias do ácido láctico (com leite, lactosa) (Especies de bifidobacterias, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), aroma natural.

FitLine®

Feel Good*
Yoghurt-Drink



Idealmente, conservar los paquetes en el frigorífico. Consumir preferentemente antes de y número de lote: ver en la caja y en el paquete individual. Almacenar en lugar frío y seco. / Conservar as saquetas no frigorífico. Consumir de preferência antes do fim de, e número de lote: ver a caixa e a saqueta individual. Armazenar em local fresco e seco.

ADVERTENCIA: Tenga en cuenta que es importante asegurar una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. / **ADVERTÊNCIA:** Assegure uma dieta variada e equilibrada e um estilo de vida saudável.

* El calcio contribuye a la normal función de las enzimas digestivas.
O cálcio contribui para o normal funcionamento das enzimas digestivas.

