

# CATALOGO PRODOTTI



foodspring®

# INDICE

## INFORMAZIONI SU FOODSPRING 4

## PROTEINE 6

Proteine Whey	8
Shape Shake 2.0	10
Shape Shake Vegano	12
Proteine Vegane	14
Proteine 3K	16
Clear Whey	18

## DRINK 20

CocoWhey	22
Sparkling Aminos	24
Energy Aminos	26
Recovery Aminos	28

## SNACK & BARRETTE 30

Barretta Proteica	32
Barretta Proteica Extra Cioccolato	34
Barretta Proteica Vegana	36
Barretta Energetica	38
Protein Balls	40
Noci e Bacche	42
Biscotti Proteici	44

## INTEGRATORI 46

Daily Vitamins	48
Omega 3	50
BCAA	52
ZN:MG	54
Creatina	56
L-Carnitina	58
L-Glutammina	60
L-Arginina	62

## MUESLI & PORRIDGE 64

Muesli Proteico	66
Porridge Proteico	68
Breakfast Bowl	70
Avena Istantanea	72

## IMPASTI & PREPARATI 74

Brownie Proteico	76
Pancake	78
Pane Proteico	80
Burro D'arachidi	82
Olio di Cocco	84
Crema Proteica	86
Pizza Proteica	88
Pasta Proteica	90

# DIVENTA PARTE DEL NOSTRO SUCCESSO

## CHI SIAMO

I fondatori Tobias Schüle e Philipp Schrempp si conoscono da oltre 20 anni e, tra l'altro, si sono allenati insieme per due anni in una palestra. E quando avrebbero voluto acquistare la loro prima polvere proteica, non riuscirono a trovarne nessuna in linea con le loro esigenze e idee. Ecco perché fondarono prima egg e poi **foodspring**: prodotti di qualità premium e consulenza gratuita ad un prezzo accessibile per sportivi di qualsiasi livello. Ogni giorno ci impegniamo al massimo per portare sul mercato il fitness food più innovativo e naturale, soprattutto perché i prodotti proposti fino ad oggi si sono dimostrati legati a vuote promesse e a molti ingredienti artificiali. Il nostro fitness food si rivolge a chi ama il fitness e uno stile di vita sano e che nel contempo vuole prodotti di alta qualità, perché per noi sono importanti sia i clienti, che i loro obiettivi individuali. Ecco perché ci affidiamo a **standard qualitativi riconosciuti**. Il nostro processo di produzione è certificato HACCP e ISO 9001:2008 e si basa sulle linee guida GMP. Alta qualità e controlli costanti, indipendenti da noi, vengono effettuati con regolarità. Tutti i prodotti foodspring sono **realizzati in Germania**, molti dei quali direttamente nella nostra sede di Berlino.

## LA NOSTRA STORIA

### Novembre 2013

Fondazione a Berlino

### Marzo 2016

Ampliamento del listino con 20 nuovi prodotti

### Giugno 2016

Ingresso nel mercato in 9 Paesi

### Agosto 2019

Prodotti foodspring in oltre 2500 store nella vendita al dettaglio

### Giugno 2019

Partecipazione di Mars Edge

### Maggio 2020

Prodotti foodspring in oltre 2000 palestre, box CrossFit, negozi e farmacie



## IL NOSTRO OBIETTIVO

Il motto di foodspring è: „il miglior cibo per il fitness“. Per noi la qualità non è solo a parole. È il frutto del duro lavoro. Per soddisfare questi requisiti, utilizziamo solo le migliori materie prime accuratamente selezionate, senza ingredienti nascosti o nocivi. Ci siamo posti l'obiettivo di rivoluzionare costantemente il mercato della nutrizione con un'alimentazione mirata e offerte nutrizionali personalizzate. Quali sono le tendenze? Quali gusti piacciono ai nostri consumatori? Cosa offrono i nostri competitor? Con un ampio reparto di sviluppo interno, cerchiamo sempre di superare il meglio. Non scendiamo a compromessi!

## COSA RENDE FOODSPRING SPECIALE

- ✓ Fitness food di alta qualità prodotto in Germania
- ✓ Offerta variegata
- ✓ Alimenti per gli sportivi di altissima qualità
- ✓ Innovazioni regolari dei prodotti
- ✓ Proteine del latte di mucche allevate al pascolo
- ✓ Cibo per sportivi, che fornisce un apporto concreto
- ✓ Snack specifici per atleti esigenti

# PARTNER IDEALE ANCHE OFFLINE. FRUTTO DEL LAVORO DI ESPERTI. REALIZZATO APPOSITAMENTE PER GLI ATLETI.

Hai il tuo centro fitness e vuoi offrire ai tuoi affiliati i prodotti foodspring? Allora sei in ottime mani! Che si tratti di palestra, box CrossFit, hotel o farmacia, la nostra gamma è così ampia che abbiamo i prodotti giusti per tutti. Offri ai tuoi clienti il meglio della qualità tedesca con prodotti innovativi realizzati con ingredienti naturali. Per i nostri oltre 2000 partner offriamo non solo i migliori prodotti, ma anche supporto personale e individuale sul campo e fuori, formazione sui prodotti e supporto per eventi all'interno delle attività.

#foodspringfamily

200

COLLABORATORI

16

NAZIONALITÀ

5

5 CONTINENTI

## PORTA IL TUO BUSINESS AL LIVELLO SUCCESSIVO



PRODOTTI RINOMATI SUI  
MERCATI EUROPEI



ASSISTENZA  
PERSONALIZZATA



B2B-SHOP  
PERSONALE



INSERIMENTO ORDINE  
SEMPLICE



OFFERTE  
PROMOZIONALI



MATERIALE  
MARKETING



NEWSLETTER  
B2B



# PROTEINE

Di integratori alimentari per sportivi ne esistono tanti. La maggior parte di essi è però molto lavorata, pertanto non sono questi i prodotti giusti di cui l'organismo ha bisogno dopo una sessione di allenamento impegnativa. Dolci, cremosi o pieni di additivi artificiali? Secondo noi si può fare meglio. Abbiamo testato diverse materie prime per arrivare a ottenere i migliori integratori per chi fa fitness. Il risultato: prodotti per il fitness innovativi, naturali e gustosi.

# LE NOSTRE PROTEINE IN POLVERE



**PROTEINE WHEY**



**SHAPE SHAKE 2.0**



**SHAPE SHAKE  
VEGANO**



**PROTEINE VEGANE**



**PROTEINE 3K**



**CLEAR WHEY**

# PROTEINE WHEY

DAL PASCOLO DIRETTAMENTE NELLO SHAKE. PER IL MIGLIOR WORKOUT.



## INGREDIENTI Gusto: Vaniglia

Concentrato di proteine del siero del latte (69%), proteine del siero del latte isolate (30%), aroma (contiene lattosio), emulsionante (lecitina di girasole), dolcificante (sucralosio, glucosidi dello steviolo).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g*	per 30 g*
Energia	1599 kj / 377 kcal	479 kj / 113 kcal
Grassi	4,2 g	1,3 g
di cui acidi grassi saturi	3,6 g	1,1 g
Carboidrati	4,9 g	1,5 g
di cui zuccheri	4,9 g	1,5 g
Proteine	80 g	24 g
Sale	0,66 g	0,20 g

\* I valori nutrizionali cambiano se preparati con liquidi diversi dall'acqua.

## GUSTI (13)

- Banana
- Caramello
- Cocos Crisp
- Vaniglia
- Nocciola
- Mango
- Fragola
- Caffè
- Cioccolato
- Biscotti e crema
- Lampone
- Burro di arachidi e cioccolato
- Cioccolato e Cocco

## DESCRIZIONE

- ✓ Elevato contenuto proteico grazie alla formula di isolato
- ✓ Profilo di aminoacidi eccezionale
- ✓ Per preservare e sviluppare la muscolatura in modo sostenibile

Ai muscoli non vanno date proteine qualsiasi. Le proteine Whey di foodspring sono disponibili in 11 favolosi gusti. La combinazione perfetta di proteine del siero del latte concentrate e isolate. Latte da mucche allevate al pascolo per 328 giorni su prati sempreverdi.



### Latte di mucche allevate al pascolo

Le nostre mucche pascolano all'aria aperta per 328 giorni all'anno



### Polvere solubile istantaneamente

Perfetta solubilità nel latte o nell'acqua



### Formula con Proteine iso-late per un elevato tenore proteico

Basso contenuto di grasso e carboidrati



### Dolcezza senza calorie

con glicosidi steviolitici estratti dalla pianta di stevia



### Prodotto in Germania

con Proteine di qualità premium della Nuova Zelanda

## PERFETTA SOLUBILITÀ

Mai più problemi causati da una polvere scarsamente solubile. Abbiamo portato la solubilità delle Proteine a un livello del tutto nuovo. Senza grumi. Senza rimasugli di polvere nello shaker. Cremosa se mescolata con acqua e/o latte.

## SENZA ASPARTAME

In tutte le nostre Proteine prendiamo decisamente le distanze dall'utilizzo dell'aspartame come dolcificante. Gli effetti dannosi dell'aspartame sulla salute sono oggetto di continui studi. Nonostante quelli più recenti dimostrino che l'aspartame, se assunto in quantità minime, non è dannoso, abbiamo comunque deciso di utilizzare altri tipi di dolcificante.

## PROTEINA SUBITO DISPONIBILE

La proteina del siero del latte è nota per la rapida disponibilità e per l'elevata quantità di aminoacidi essenziali. Proprio per tali qualità, questa proteina è perfetta da assumere subito dopo un allenamento di forza o resistenza.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescola 30g (circa 3 cucchiaini) di Proteine Whey con 300 ml di acqua o latte. Per prima cosa aggiungi il liquido nello shaker incluso nella confezione. Quindi aggiungi una porzione di Proteine Whey in polvere e agitare bene per 20-30 secondi. Per risultati ottimali, bere 1-3 porzioni al giorno direttamente dopo l'allenamento o al mattino.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino. Dopo l'allenamento.



# SHAPE SHAKE 2.0

LO SHAKE PER UNA SILHOUETTE FANTASTICA.\*



## INGREDIENTI Gusto: cioccolato bianco e mandorla

Proteine del siero del latte isolate, farina d'avena integrale senza glutine, inulina, emulsionante (lecitina di girasole), farina di semi di lino, aroma naturale, addensante (gomma di xanthan), fosfato di potassio, fosfato tricalcico, acidificante (acido citrico), idrossido di magnesio, sale, complesso multienzimatico (maltodestrina, amilasi, proteasi,  $\beta$ -D-galattosidasi, lipasi, cellulasi), edulcoranti (sucralosio, glicosidi steviolici), acido L-ascorbico, solfato di ferro (II), ossido di zinco, lactobacillus acidophilus, nicotinamide, gluconato di rame (II), manganese (II) solfato, acetato di D-alpha-tocoferolo, calcio D-pantotenato, antiossidante (DL-alfatocoferolo), riboflavina, cloridrato di piridossina, mononitrato di tiamina, acetato di retinile, acido pteroilmonoglutammico, antiagglomerante (biossido di silicio), ioduro di sodio, selenito di sodio, fillochinone, D-biotina, colecalciferolo, cianocobalamina.

VALORI NUTRIZIONALI per 100 g*		per 60 g*
Energia	1417 kj / 337 kcal	850 kj / 202 kcal
Grassi	6,6 g	4,0 g
di cui acidi grassi saturi	1,5 g	0,9 g
Carboidrati	20 g	12 g
di cui zuccheri	2,7 g	1,6 g
Proteine	39 g	24 g
Sale	0,86 g	0,52 g

\* I valori nutrizionali cambiano se preparati con liquidi diversi dall'acqua.

## GUSTI (7)

- Fragola
- Cocos Crisp
- Vaniglia
- Cioccolato
- Biscotti e crema
- Burro di Arachidi & Cioccolato
- Cioccolato bianco e mandorla

## GUSTI

- ✓ Nuova ricetta senza glutine
  - ✓ Pochi zuccheri, ricco di fibre e con tante Proteine
  - ✓ Con complesso multienzimatico e farina di lino
- Lo Shape Shake 2.0 è la nuova formula migliorata del nostro attuale Shape Shake. Per portare a compimento questo progetto, le menti brillanti del nostro reparto di Ricerca e Sviluppo vi hanno lavorato in collaborazione con i nostri clienti per quasi due anni. Il vecchio shake funzionava come spuntino... ma non era un vero pasto completo. Oggi, invece, questo sogno è diventato realtà con il nuovo Shape Shake 2.0! Si tratta di un delizioso sostituto di un pasto, non solo povero di zuccheri, ma anche ricco di Proteine e di fibre. E non finisce qui.



### Latte di mucche allevate al pascolo

Le nostre mucche pascolano all'aria aperta per 328 giorni all'anno



### Polvere solubile istantane-amente

Perfetta solubilità nel latte o nell'acqua



### Dolcezza senza calorie

Con glicosidi steviolitici estratti dalla pianta di stevia



### Prodotto in Germania

Con Proteine di qualità premium della Nuova Zelanda

\* Perdere peso con lo Shape Shake 2.0: la sostituzione di due spuntini giornalieri con uno Shape Shake 2.0 ciascuno contribuisce alla perdita di peso nel contesto di una dieta ipocalorica. Il consumo di una porzione di Shape Shake 2.0 contribuisce al mantenimento del deficit calorico dopo la perdita di peso. Il prodotto soddisfa lo scopo previsto solo nel contesto di una dieta ipocalorica. Tale regime deve includere anche altri alimenti. Assicurati di assumere liquidi a sufficienza ogni giorno, di seguire una dieta varia ed equilibrata e di mantenere uno

## QUAL È LA DIFFERENZA TRA SHAPE SHAKE 2.0 E LO SHAPE SHAKE NORMALE?

Sappiamo che potrebbe creare un po' di confusione, perciò vediamo di fare chiarezza. Lo Shape Shake originale non è un sostituto di un pasto. È uno snack pensato per completare un pasto normale senza farti venire sensi di colpa. Lo Shape Shake 2.0, invece, è un vero e proprio sostituto pasto. Questo significa che contiene una quantità sufficiente di nutrienti per sostituire in modo adeguato un pasto regolare durante la tua giornata.

## PROTEINE DEL LATTE DA MUCCHE NEOZELANDESI

Le nostre Proteine fissano nuovi standard. 120 giorni all'aperto non sono abbastanza per noi. Solo il sigillo NZMP garantisce Proteine pervenienti da latte di mucche che pascolano liberamente all'aperto per almeno 328 giorni all'anno.

**foodspring è l'unica azienda in Europa che utilizza Proteine certificate NZMP ottenute da latte di mucche alimentate al pascolo.**

### DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescola 60 g (circa 6 cucchiaini) di polvere con 350 ml di acqua o latte parzialmente scremato. Riempi prima lo shaker con il liquido, quindi aggiungi la polvere dello Shape Shake 2.0 e agita bene per 20-30 secondi.

### CONSIGLI PER L'USO

Consumare per non più di 2 spuntini giornalieri.



# SHAPE SHAKE VEGANO

IL PARTNER PERFETTO PER PERDERE PESO\* A RITMO VEGETALE\*



## INGREDIENTI Gusto: cheesecake ai mirtilli

Farina d'avena integrale senza glutine, inulina, farina di semi di lino, proteine isolate di fava, concentrato di proteine di ceci, emulsionante (lecitina di girasole), aroma naturale, addensante (glucomannano di konjac, gomma di guar, gomma di xanthan), fosfato di potassio, fosfato tricalcico, colorante alimentare (polvere di barbabietola, estratto di ibisco), sale, idrossido di magnesio, polvere di mirtillo selvatico (0,3%), complesso multienzimatico (maltodestrina, amilasi, proteasi,  $\beta$ -D-galattosidasi, lipasi, cellulasi), edulcoranti (sucralosio, glicosidi steviolici), acido L-ascorbico, solfato di ferro (II), ossido di zinco, Lactobacillus acidophilus, nicotinamide, gluconato di rame (II), manganese (II) solfato, acetato di D-alpha-tocoferolo, calcio D-pantotenato, antiossidante (DL-alfatocoferolo), riboflavina, cloridrato di piridossina, mononitrato di tiamina, acetato di retinile, acido pteroilmonogluttammico, antiagglomerante (biossido di silicio), ioduro di sodio, selenio di sodio, fillochinone, D-biotina, colecalciferolo, cianocobalamina.

## VALORI NUTRIZIONALI

	per 100 g	per 60 g
Energia	1421 kJ/ 340 kcal	853 kJ/ 204 kcal
Grassi	9,5 g	5,7 g
di cui acidi grassi saturi	1,8 g	1,1 g
Carboidrati	29 g	17 g
di cui zuccheri	3,7 g	2,2 g
Proteine	21 g	13 g
Sale	0,73 g	0,44 g

Sostituto di un pasto per il controllo del peso. Con edulcoranti. 60 g = 1 porzione. Può contenere tracce di uova, di soia e di Proteine del latte.

## GUSTI (3)

- Vaniglia
- Cheesecake ai mirtilli
- Cioccolato

## DESCRIZIONE

- ✓ Compervato per perdere peso\*
- ✓ Con glucomannano
- ✓ Senza Glutine

Non esiste il perfetto shake vegano? Invece sì! Shape Shake Vegano in 3 nuovi gusti buonissimi ti aiuta a raggiungere il tuo obiettivo di perdita di peso permettendoti di seguire un regime alimentare vegano. Ti presentiamo il tuo fedele alleato per il tuo pergramma di perdita di peso\*.



**Solo 220 kcal** per porzione



Perdere peso\* a ritmo **vegetale** non è mai stato così buono



**Diverse fonti pteriche**

Ceci, fave & semi di lino

\*Sostituire due pasti giornalieri con un Shape Shake Vegano ciascuno contribuisce alla perdita di peso come parte di una dieta ipocalorica. La sostituzione di un pasto aiuta a mantenere la perdita di peso. Il prodotto soddisfa lo scopo previsto solo nel contesto di una dieta ipocalorica. Una dieta ipocalorica deve includere anche altri alimenti. Assicurarsi di bere abbastanza liquidi ogni giorno. Assicurarsi di mangiare una dieta varia ed equilibrata e di mantenere uno

## QUANDO LO ASSUMO?

Vuoi perdere peso?\* Allora devi pervare Shape Shake Vegano. Ti basta sostituire fino a due pasti al giorno con una porzione di Shape Shake Vegano ciascuno. Vuoi mantenere il peso? Sostituisci un pasto al giorno con uno shake. Facilissimo!

## PERCHÉ USATE LE PROTEINE DELLE FAVE E DEI CECI COME FONTI PERTEICHE?

Le fave contengono tutti gli aminoacidi essenziali e più Proteine di altre fonti perteiche vegetali. Le polveri perteiche della fava hanno un gusto neutro e una consistenza cremosa, non aggiungono amarezza o corposità al prodotto. Le polveri perteiche di ceci hanno un gusto molto neutro e una consistenza cremosa, il che le rende ideali come fonte perteica per i perdotti alimentari. Ecco perché il nostro innovativo team di sviluppo del prodotto ha creato queste fonti perteiche uniche a base vegetale.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescolare 60 g (circa 6 cucchiaini) di polvere con 350 ml di acqua. Versare prima il liquido nello shaker, quindi aggiungere la polvere di Vegan Shape Shake e shakerare per 20-30 secondi.

## CONSIGLI PER L'USO

Fino a 2 spuntini al giorno.



# VEGAN PROTEIN

100% DI PROTEINA VEGETALE



## INGREDIENTI Gusto: Vaniglia

Proteine isolate di piselli, proteine di semi di girasole, proteine isolate di ceci, carbonato di calcio, aroma naturale, proteine di canapa, addensanti (gomma di xanthan, gomma di guar), edulcorante (sucralosio), vitamina B12, vitamina B6, ossido di zinco, acido folico, biotina.

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g*	per 30 g*
Energia	1488 kj / 352 kcal	446 kj / 106 kcal
Grassi	7,7 g	1,9 g
di cui acidi grassi saturi	1,4 g	0,4 g
Carboidrati	5,9 g	1,5 g
di cui zuccheri	0,7 g	0,2 g
Proteine	70,8 g	17,7 g
Sale	3,2 g	0,80 g

\* I valori nutrizionali cambiano se preparati con liquidi diversi dall'acqua.

## GUSTI (5)

- Neutro
- Cioccolato
- Burro di Arachidi & Cioccolato
- Vaniglia
- Cookie-Dough

## DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per atleti di resistenza e pesisti vegani
- ✓ Ricca di aminoacidi essenziali
- ✓ Elevato valore biologico

Con la nostra formula pterica innovativa e vegetale abbiamo creato la perfetta soluzione vegana per lo sport e la quotidianità. Con piselli, con un contenuto 4 volte maggiore di L-arginina rispetto al normale siero del latte, semi di canapa naturalmente privi di inibitori della tripsina, riso, nella stessa quantità di BCAA della Whey Proteine, e semi di girasole che forniscono eccellenti sostanze nutritive. In quattro straordinari gusti per tutti coloro che si affidano al potere delle piante.



### Vegan

Proteina senza lattosio



### Senza glutine

Ottima tollerabilità



### Ottima solubilità

Perfetta densità, grazie alla ricetta esclusiva



### Proteina multicomponente

Ottima biodisponibilità grazie a diverse fonti pteriche



### Qualità 100%

Prodotto in Germania

## PROTEINA DEL PISELLO

La L-arginina pervede al trasporto dei nutrienti e garantisce così nuova energia per atleti di resistenza o pesisti. Inoltre anche la percentuale di L-lisina della proteina del pisello è particolarmente apprezzata da tutti coloro che sono attenti alla salute. La lisina fa parte degli aminoacidi essenziali e pertanto deve essere assunta con l'alimentazione, in quanto l'organismo non è in grado di perdurla autonomamente.

## PROTEINA DEL GIRASOLE

La proteina del girasole fornisce una gamma di vitamine quasi completa: E, D, K, B, A ed F. I semi di girasole sono fortemente correlati alla salute del sistema cardiocircolatorio e contribuiscono a una crescita ossea normale.

## PROTEINA DELLA CANAPA

La proteina della canapa contiene una percentuale elevata di acidi grassi Omega 6 e Omega 3. Questi acidi grassi polinsaturi sono importanti soprattutto per un buon funzionamento dell'apparato cardiovascolare. La proteina della canapa fornisce inoltre minerali come potassio, magnesio e calcio.

## PROTEINE DEL RISO

La proteina del riso ha un contenuto proteico superiore all'80% e, con le vitamine E e B, nonché i minerali ferro, zinco e magnesio fornisce micronutrienti importanti particolarmente utili durante l'allenamento.

### DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescolare 30 g (circa 3 cucchiaini) di polvere con 300 ml di acqua o latte. Versare prima il liquido nello shaker, quindi aggiungere la polvere di Vegan Protein e shakerare per 20-30 secondi.

### CONSIGLI PER L'USO

Al mattino e dopo l'allenamento.



# PROTEINA 3K

## LA MISCELA DI PROTEINE PERFETTA



### INGREDIENTI Gusto: Vaniglia

Concentrato di proteine del siero del latte (contiene emulsionante, lecitina di girasole) (77%), caseinato di calcio (contiene emulsionante, lecitina di girasole) (20%), proteine d'uovo di gallina (1%), aroma (contiene lattosio), addensante (xantano), dolcificante (glucosidi dello steviol, sucralosio).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g*	per 30 g*
Energia	1644 kj / 388 kcal	493 kj / 116 kcal
Grassi	4,9 g	1,5 g
di cui acidi grassi saturi	3,5 g	1,1 g
Carboidrati	7,1 g	2,1 g
di cui zuccheri	6,4 g	1,9 g
Proteine	76 g	24 g
Sale	0,55 g	0,16 g

\* I valori nutrizionali cambiano se preparati con liquidi diversi dall'acqua.

### Gusti (2)

- Vaniglia
- Cioccolato

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per atleti di resistenza e pesisti
- ✓ Proteine Whey per un rapido rifornimento proteico
- ✓ Caseina e proteina d'uovo per il giusto apporto di aminoacidi

La combinazione ideale: siero del latte, caseina, proteina d'uovo. Per il massimo valore biologico e un profilo aminoacidico completo. Il connubio perfetto tra Proteine rapidamente disponibili e un apporto a lungo termine di sostanze utili ai tuoi muscoli.



#### Latte di mucche allevate al pascolo

Mangime puramente vegetale, 100% naturale



#### Proteina dell'uovo

Profilo aminoacidico completo



#### Proteina caseina

Rifornimento proteico costante fino a 7 ore



#### La nuova dolcezza

Glicosidi steviolitici per una dolcezza raffinata



#### Proteina Whey

Proteina Whey Proteina del siero del latte rapidamente disponibile

## PER TUTTI I TIPI DI SPORT

Scegliere la proteina giusta può risultare molto difficile, soprattutto per gli atleti più eclettici che praticano tanti sport diversi. Grazie alla combinazione di diverse fonti proteiche, le versatili Proteine multicomponenti aumentano il valore biologico e sono quindi per grassie in qualsiasi situazione.

## PROTEINE DEL LATTE DELLA NUOVA ZELANDA

Di mucche felici, che possono godere di grandi spazi e pascolano 328 giorni su erba fresca. Ogni giorno producono ben 11 litri di sano latte da pascolo senza mungitura eccessivamente stressante.

## LA NUOVA DOLCEZZA

Dolci e senza calorie - i glicosidi steviolitici, un estratto purificato della pianta di stevia, sono l'edulcorante perfetto per le nostre Proteine multicomponenti. Dolcezza gradevole. Senza retrogusto amaro.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescolare 30 g (circa 3 cucchiaini) di polvere con 300 ml di acqua o latte. Versare prima il liquido nello shaker, quindi aggiungere una porzione di polvere proteica 3K e shakerare bene per 20-30 secondi. Per ottenere i migliori risultati, consumare 1-2 porzioni al giorno.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino e dopo l'allenamento.



# CLEAR WHEY

## FRULLATO DI PROTEINE TRASPARENTE



### INGREDIENTI Gusto: Mojito al lampone

Proteina isolata del siero del latte (da latte) (93%), acidificante (acido citrico), lampone in polvere (2%) (concentrato di lampone, maltodestrina), aroma naturale, colorante alimentare (polvere di barbabietola (concentrato di succo di barbabietola, maltodestrina)), estratto di menta in polvere (0,08%) (estratto di foglie di menta, olio di menta), edulcorante (sucralosio, glicosidi steviolici). Può contenere tracce d'uovo e soia.

	per 100 g	per 30 g
Energia	1595 kJ/ 375 kcal	479 kJ/ 113 kcal
Grassi	0.4 g	0.1 g
di cui acidi grassi saturi	0.3 g	<0.1 g
Carboidrati	3.0 g	0.9 g
di cui zuccheri	0.5 g	0.2 g
Proteine	85 g	26 g
Sale	0.09 g	0.03 g

### GUSTI (2)

- Mojito al lampone
- Tè freddo alla pesca e ibisco

### DESCRIZIONE

- ✓ Proteine NZMP di latte di mucche al pascolo
- ✓ Gusti naturali e senza zucchero
- ✓ Edizione limitata

Una variante estiva del nostro frullato di proteine del siero del latte più venduto, Clear Whey è fruttato, fresco e senza zucchero. Dalla consistenza trasparente, ti danno una sensazione rinfrescante e di recupero a fine allenamento, proprio come l'originale.



#### Fruttato

Come le nostre Protein Whey, ma alla frutta ed estive.



#### Proteine isolate

Provengono da mucche allevate al pascolo.



#### Polvere solubile istantaneamente

Perfetta solubilità nel latte o nell'acqua



#### Prodotto in Germania

Con Proteine di qualità premium della Nuova Zelanda

## IL MUST HAVE DELLA STAGIONE ESTIVA: PROTEINE TRASPARENTI!

Clear Whey è fruttato, fresco e senza zucchero.

Dalla consistenza trasparente, ti danno una sensazione rinfrescante e di recupero a fine allenamento, proprio come l'originale.

## SAPORI TROPICALI

Ricarica il tuo corpo con il nostro post allenamento, un delizioso cocktail trasparente a base di proteine NZMP di prima qualità e vera frutta in polvere.

Inoltre, è senza zucchero. Salute!

## PROTEINE DEL LATTE DE MUCCHE NEOZELANDESI

Le nostre Proteine fissano nuovi standard. 120 giorni all'aperto non sono abbastanza per noi. Solo il sigillo NZMP garantisce Proteine pervenienti da latte di mucche che pascolano liberamente all'aperto per almeno 328 giorni all'anno.

## RICCO DI PROTEINE E SENZA ZUCCHERO

Ricca di proteine e con un delizioso gusto di fiori di ibisco, è la formula perfetta per nutrire i tuoi muscoli.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Versa 300ml di acqua in uno shaker. Aggiungi 30 g di polvere di Clear Whey. Agita bene per 20-30 secondi. Bevi e gusta, preferibilmente su un'isola tropicale.

## CONSIGLI PER L'USO

Nelle pause, dopo l'allenamento.





# DRINK

Di integratori alimentari per sportivi ne esistono tanti. La maggior parte di essi è però molto lavorata. Pertanto non sono questi i prodotti giusti di cui l'organismo ha bisogno dopo una sessione di allenamento impegnativa. Dolci, cremosi o pieni di additivi artificiali? Abbiamo scoperto: si può fare meglio. Abbiamo testato diverse materie prime per arrivare a ottenere i migliori integratori per chi fa fitness. Il risultato: prodotti per il fitness innovativi, naturali e gustosi.

# I NOSTRI DRINK



**COCOWHEY**



**SPARKLING AMINOS**



**ENERGY AMINOS**



**RECOVERY AMINOS**

# COCOWHEY

## IL DRINK PROTEICO ISOTONICO



### GUSTI (3)

- Ananas ● Noce di cocco ● Mango

### DESCRIZIONE

- ✓ 20 g di Proteine per porzione
- ✓ Azione reidratante e anti-aging
- ✓ Agita e bevi

Whey Proteine e acqua di cocco insieme. Per un rinfrescante sprint proteico, mai provato prima. Efficace come uno shake. Fresco come l'acqua di cocco pura. Con Whey ottenuto da latte di mucche al pascolo e acqua di giovani noci di cocco delle migliori piantagioni della Thailandia.

### INGREDIENTI

Acqua di cocco (47%), acqua (45%), Proteine isolate del siero del latte (7%), acidificante (acido fosforico), aroma naturale, dolcificanti (glucosidi dello steviolo, sucralosio).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 ml	per 330 ml
Energia	141 kJ / 33 kcal	459 kJ / 109 kcal
Grassi	0 g	0 g
di cui acidi grassi saturi	0 g	0 g
Carboidrati	2,2 g	6,9 g
di cui zuccheri	1,8 g	5,6 g
Proteine	6,1 g	20 g
Sale	0,04 g	0,23 g

Bevanda proteica a base di acqua di cocco e proteine del siero del latte, con dolcificanti.



#### Vera acqua di cocco

Nessun concentrato, nessun additivo



#### Proteine Whey isolate

Da mucche alimentate con mangimi 100% vegetali



#### Isotonico

Perfetto dopo sport e yoga



#### Proteine ovunque tu sia

Non serve miscelare - pernte da bere



#### Prodotto in Germania

Nel rispetto dei massimi standard di qualità

## NOCI DI COCCO DELLA THAILANDIA

Le giovani noci di cocco maturano al sole della Thailandia, seguendo il ritmo della natura. La palma da cocco fornisce tradizionalmente preziose materie prime agli abitanti del luogo.

## FRESCHEZZA ALLO STATO PURO

Le noci di cocco vengono lavorate il giorno stesso della raccolta. Questo consente di conservare le salutari sostanze nutritive della noce di cocco giovane.

## PROTEINE DEL LATTE DELLA NUOVA ZELANDA

Di mucche felici, che possono godere di grandi spazi e pascolano 328 giorni su prati verdi. Ogni giorno producono ben 11 litri di sano latte da pascolo senza mungiture eccessivamente stressanti.

## PREPARAZIONE RAPIDA

CocoWhey viene imbottigliato subito dopo la miscelazione con l'isolato di Proteine e consegnato direttamente a noi. Senza grumi, talmente trasparente da sembrare quasi invisibile.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Agitare e divertirsi. La nostra CocoWhey ha un sapore migliore se refrigerata a (+) 2-5°C.

Dopo un allenamento o una sessione di yoga. D'estate. Quando la fatica si fa sentire. O semplicemente per gustare qualcosa di dolce. Agitare bene prima di consumarla per godersi l'intero apporto proteico.

## CONSIGLI PER L'USO

Nelle pause, dopo l'allenamento.



# SPARKLING AMINO

## POTENZA IMMEDIATA PRIMA DELL'ALLENAMENTO



### GUSTI (3)

- Pompelmo
- Pesca
- Bacche selvatiche

### DESCRIZIONE

- ✓ Complesso energetico ideale di BCAA, caffeina ed estratti della frutta
- ✓ Solo ingredienti naturali
- ✓ Subito pronto all'uso

Ingredienti naturali, caffeina naturale, la spinta naturale per i muscoli grazie a 5,9 g di BCAA per dose.

### INGREDIENTI Gusto: Bacche selvatiche

Acqua, succo di ribes da concentrato di ribes (6%), succo di sambuco da concentrato di sambuco (2,5%), succo di mora da concentrato di more (2%), L-leucina (0,89%), concentrato di succo di limone, anidride carbonica, L-isoleucina (0,45%), L-valina (0,45%), estratto di guaranà (0,26%), aroma naturale, edulcoranti (glucosidi steviolici, sucralosio).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 ml	per 330 ml
Energia	22 kJ / 5 kcal	73 kJ / 17 kcal
Grassi	0 g	0 g
di cui acidi grassi saturi	0 g	0 g
Carboidrati	0,9 g	3,0 g
di cui zuccheri	0,7 g	2,3 g
Proteine	0,1 g	0,3 g
Sale	0 g	0,02 g



#### BCAA vegetali

Aminoacidi essenziali per la muscolatura



#### Caffeina estratta dal guaranà

Concentrazione assoluta durante l'allenamento



#### Fresco gusto alle bacche selvatiche

Con frutti appena raccolti



#### BCAA ovunque sei

Perfettamente miscelati, perfetti da bere



#### Prodotto in Germania

Produzione certificata, che lascia intatti i nutrienti

## GUSTO NATURALE

Invece di cercare di nascondere l'amaro con il dolce, sfruttiamo il succo di bacche selvatiche, pesche o pompelmi appena raccolti. Il risultato: un'esperienza di gusto fruttata e rinfrescante.

## BCAA DALLA FORZA DELLE PIANTE

Per noi la qualità è strettamente legata all'origine naturale dei componenti. Per questo per la realizzazione del contenuto utilizziamo soltanto materie prime di origine vegetale, qualità vegana al 100%.

## PERFETTO OVUNQUE SEI

Ogni dose contiene 5,9 g di BCAA, ottimo succo di bacche, pesca o pompelmo e caffeina. Il tuo Pre-Workout Energy Drink pronto da mettere nel borsone.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

1 lattina al giorno prima dell'allenamento.  
Alto contenuto di caffeina (26 mg / 100 ml).  
Non raccomandato per bambini e donne in gravidanza o allattamento.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino, prima di fare sport.



# ENERGY AMINO

ENERGIA IMMEDIATA PRIMA DELL'ALLENAMENTO. 0% DI SOSTANZE CHIMICHE.



## INGREDIENTI Gusto: Limone

L-citrullina, L-leucina, L-arginina, destrina di mais, acidificante (acido citrico), L-isoleucina, L-valina, aroma naturale, polvere di limone (5%) (maltodestrina, concentrato di succo di limone (40%)), beta-alanina, caffeina, estratto di guaranà, edulcorante (glicosidi steviolici), emulsionante (lecitina di girasole), antiagglomerante (diossido di silicio), colorante alimentare (estratto di cap di fiore di gelsomino (Gardenia jasminoides)), estratto di pepe, vitamine (C, B3, B12).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 20 g
Energia	1419 kJ / 333 kcal	284 kJ / 67 kcal
Grassi	0,5 g	< 0,1 g
di cui acidi grassi saturi	< 0,1 g	< 0,1g
Carboidrati	11 g	2,1 g
di cui zuccheri	2,5 g	0,5 g
Fibre	9,4 g	1,9 g
Proteine	44 g	8,7 g
Sale	< 0,01 g	< 0,01 g

## GUSTI (4)

- Mela
- Iced Tea
- Limone
- Maracuja

## DESCRIZIONE

- ✓ Potente combinazione di L-citrullina e BCAA
- ✓ Vera polvere di frutti, dolcificata con glicosidi steviolici
- ✓ Senza aromi artificiali

I Pre-Workout Drink garantiscono la carica energetica ottimale. Spesso presentano però un alto contenuto di perdotti chimici, sostanze stimolanti e aro-mi artificiali. Noi abbiamo unito 3 aminoacidi più BCAA, caffeina e pepe al booster più naturale.



### BCAA vegetali

Aminoacidi essenziali per la muscolatura



### Caffeina ed estratto di guaranà

Concentrazione assoluta durante l'allenamento



### Vero estratto di pepe

Per un assorbimento ottimale delle sostanze nutri-



### Senza aromi artificiali

Per un gusto naturale



### Prodotto in Germania

Produzione certificata in grado di mantenere intatte le sostanze nutritive

## ENERGIA PULITA

Abbiamo creato il Pre-Workout Booster più salutare disponibile sul mercato, in modo da garantire al tuo corpo soltanto i nutrienti realmente necessari per un allenamento intensivo: con L-citrullina e BCCA da materie prime vegetali, con caffeina estratta dalla pianta di guaranà, e la spinta naturale dell'estratto di pepe.

## RIPARTIRE CON L'ESTRATTO DI PEPE

Il pepe contiene piperina per natura, che migliora la biodisponibilità di altre sostanze attive. In altre parole: puoi iniziare rapidamente il workout, senza dover aspettare ore.

## PROPRIO LA QUANTITÀ ESATTA

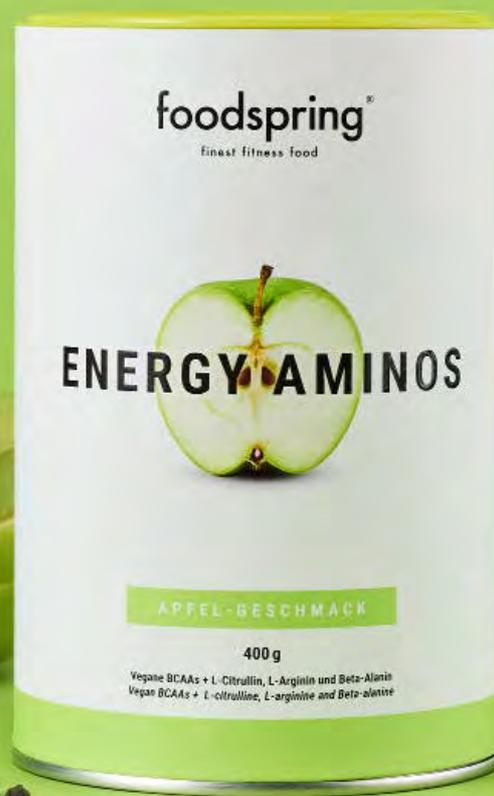
Altri booster permettono spesso valori migliori, ma il corpo umano può utilizzare quotidianamente solo una determinata dose massima di sostanze nutritive. Ciò che rimane non può essere consumato dall'organismo e quindi va perso. La dose ottimale dei nostri Energy Amino è di 20 g per ogni giorno di allenamento in fase intensiva.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Sciogliere 1 porzione (20 g = 1 misurino) al giorno in almeno 400 ml di acqua e bere 20 minuti prima dell'allenamento. Il misurino viene fornito gratuitamente in ogni barattolo.

## CONSIGLI PER L'USO

Alla mattina o prima di fare sport.



# RECOVERY AMINO

NESSUN ALTRO RECOVERY È COSÌ PULITO



## GUSTI (3)

- Melograno
- Frutti di bosco
- Arancia

## DESCRIZIONE

- ✓ Recupero dopo l'allenamento
- ✓ Aminoacidi essenziali per la muscolatura
- ✓ Nessun aroma artificiale

I nostri Recovery Amino combinano L-glutamina e aminoacidi BCAA di alta qualità nel rapporto 2:1:1 di comprovata efficacia. Il destrosio e la maltodestrina forniscono carboidrati rapidamente disponibili. Lo zenzero è ultra-rinfrescante per natura e i frutti di bosco sono assolutamente dolci e saporiti.

## INGREDIENTI Gusto: Frutti di bosco

L-glutamina (33%), destrosio, maltodestrina, L-leucina (9,9%), acidificante (acido citrico), L-isoleucina (5,0%), L-valina (5,0%), mirtilli in polvere (mirtilli in polvere, maltodestrina) (3,3%) aroma naturale, estratto di zenzero (1,3%), antiagglomerante (biossido di silicio), colorante alimentare (polvere di sambuco (maltodestrina, estratto di sambuco, acidificante acido citrico, sciroppo di zucchero caramellato)), dolcificante (glucosidi dello steviolo), emulsionante (lecitina di girasole).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 20 g
Energia	1604 kJ / 388 kcal	321 kJ / 77,6 kcal
Grassi	0,4 g	0,1 g
di cui acidi grassi saturi	0,1 g	0 g
Carboidrati	38,6 g	7,7 g
di cui zuccheri	20,6 g	4,1 g
Proteine	53,3 g	10,7 g
Sale	0,01 g	0,0 g



### BCAA vegetali

Le sostanze che servono ai muscoli dopo l'allenamento



### L-glutamina vegana

Per le fasi di allenamento intenso



### Carboidrati rapidamente disponibili

Da maltodestrina e destrosio



### Senza aromi artificiali

Per un gusto naturale



### Prodotto in Germania

Produzione certificata in grado di mantenere intatte le sostanze nutritive

## BCAA DALLA FORZA DELLE PIANTE

Non derivanti, come per molti altri perdotti, da scarti di macellazione, ma completamente vegetali.

Ideali per il recupero corretto della muscolatura.

## L-GLUTAMMINA VEGANA

Importante soprattutto per gli sportivi. La L-glutammina è importante per sviluppare la muscolatura ed è presente in quantità molto basse negli alimenti naturali. Aiuta a rigenerarsi più rapidamente dopo l'allenamento.

## ESTRATTO DI ZENZERO

Sapore puro. Nessun aroma artificiale. Il tonico post-workout.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Sciogliere 1 porzione (20 g = 1 misurino) al giorno in almeno 400 ml di acqua e bere subito dopo l'allenamento. Il misurino viene fornito gratuitamente in ogni barattolo.

## CONSIGLI PER L'USO

Dopo un allenamento faticoso.





# SNACK & BARRETTE

A tutti piace spizzicare. Ma si può anche sgranocchiare qualcosa di sano e allo stesso tempo gustoso. I nostri snack hanno un ottimo sapore e ti aiutano a mantenerti in forma. Chi vuole snack di alta qualità, desidera anche una densità di nutrienti elevata. E questo è proprio ciò che offriamo: snack croccanti per gli spuntini, da consumare ovunque e in qualsiasi momento. La gamma di snack foodspring fornisce vitamine preziose e minerali essenziali con un ottimo sapore naturale al 100%.

# I NOSTRI SNACK



**BARRETTA PROTEICA**



**BARRETTA PROTEICA  
EXTRA CIOCCOLATO**



**BARRETTA PROTEICA  
VEGANA**



**BARRETTA  
ENERGETICA**



**PROTEIN BALLS  
+ PROTEIN BALLS VEGANE**



**NOCI E BACCHE**



**BISCOTTI PROTEICI**

# BARRETTA PROTEICA

INCREDIBILMENTE MORBIDA. PROTEIN BAR 2.0.



## INGREDIENTI Gusto: Milkshake mango

Miscela proteica (proteine del latte, concentrato proteico istantaneo del siero del latte) (38%), sciroppo di isomalto-oligosaccaridi, agente di carica (polidestrosio), agente umidificante (glicerina), sciroppo di frutto-oligosaccaridi, burro di cacao, fiocchi di mango (3%), aroma naturale, mango in polvere (1%), sale marino, dolcificante (glucosidi dello steviol).

## VALORI NUTRIZIONALI

	per 100 g	per 60 g
Energia	1265 kj / 303 kcal	759 kj / 182 kcal
Grassi	6,5 g	3,9 g
di cui acidi grassi saturi	4,1 g	2,5 g
Carboidrati	18 g	11 g
di cui zuccheri	6,3 g	3,8 g
Proteine	33 g	15 g
Sale	0,30 g	0,18 g

## GUSTI (5)

- Muffin al cioccolato
- Yogurt alla fragola
- Cookie Dough
- Crema di nocciole
- Milkshake mango

## DESCRIZIONE

- ✓ 33% di Proteine a porzione
- ✓ Sviluppata in collaborazione con uno chef stellato
- ✓ Senza zuccheri aggiunti e aromi artificiali

Uno snack proteico non deve per forza avere un cattivo sapore. Abbiamo trovato la formula che combina perfettamente proteine whey e fibre. Il risultato è una barretta di 13 cm con ben il 33% di proteine e un gusto incredibilmente buono e soffice. Così sarai più forte. Sazio. E soddisfatto.



### Ad alto contenuto proteico e ricca di fibre alimentari

Perfetta per lo sviluppo e la definizione muscolare



### Ricetta migliorata

Gusto particolarmente morbido



### Latte di mucche allevate al pascolo

Mangime 100% naturale, completamente vegetale



### Proteine da portare sempre con te

Lo snack perfetto dopo lo sport o per fare una pausa

## PROTEINE PER TUTTO IL GIORNO

Risparmiati le bombe di zucchero e le calorie superflue. La nostra barretta ti fornisce Proteine per te all'uso per le pause. Dimentica la fame e fai il pieno di Proteine: pochi carboidrati, pochi grassi e una bontà incredibile.

## BASSO CONTENUTO DI CARBOIDRATI

Invece di una copertura al cioccolato o a base di zucchero, per mantenere la forma delle nostre barrette proteiche utilizziamo una speciale miscela di fibre alimentari. In questo modo riusciamo a mantenere il contenuto di carboidrati sui livelli necessari, non di più.

## DOLCEZZA NATURALE

Il sapore dolce della nostra barretta è dato dai glicosidi steviolitici della pianta di stevia. La nostra barretta proteica deve il suo straordinario sapore agli ingredienti naturali. Per intensificare il gusto, utilizziamo aromi naturali al posto delle sostanze chimiche.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mattina, mezzogiorno, sera. Il tuo spuntino proteico dopo l'esercizio sempre e ovunque. E perfetto per chi ha voglia del dolce.

Le barrette proteiche sono particolarmente preziose quando hai fame e non hai a portata di mano nulla di nutriente. Anche nei giorni in cui non sei sicuro di mangiare abbastanza proteine, le barrette proteiche possono aiutarti in modo rapido e semplice.

## CONSIGLI PER L'USO

Nelle pause, dopo l'allenamento.



# BARRETTA PROTEICA EXTRA CIOCCOLATO

COME UNA VERA BARRETTA AL CIOCCOLATO



## INGREDIENTI Gusto: Caramello Morbido

Proteine del latte, agente umidificante (glicerolo), cioccolato al latte con edulcorante (15%) (edulcorante (maltitolo), burro di cacao, latte intero in polvere, massa di cacao, emulsionante (lecitina di soia), aromi), strato al gusto caramello (13%) (fibre di mais solubili, edulcorante (maltitolo), burro di cacao, latte intero in polvere, proteine del latte, olio di girasole, agente umidificante (glicerolo), emulsionanti (lecitina di girasole, lecitina di soia), aromi, sale, vaniglia), olio di girasole, croccante di proteine del latte (proteine del latte, farina di riso, emulsionante (lecitina di girasole)), burro di cacao, cacao magro in polvere, acidificante (acido citrico), sale, aromi, addensante (gomma arabica), edulcorante (glicosidi steviolici), emulsionante (lecitina di soia).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 65 g
Energia	1440 kj / 345 kcal	936 kj / 224 kcal
Grassi	14 g	9,1 g
di cui acidi grassi saturi	6,6 g	4,3 g
Carboidrati	30 g	19,4 g
di cui zuccheri	3,0 g	1,9 g
Fibre	8,5 g	5,5 g
Proteine	32 g	20 g
Sale	0,55 g	0,36 g

## GUSTI (4+2)

- Cocco croccante
- Arachide Croccante
- Caramello Morbido
- Cioccolato Bianco e Mandorla
- Nocciola Croccante (Vegana)
- Arachide Tostata (Vegana)

## DESCRIZIONE

- ✓ Con il 90% di zuccheri in meno rispetto a una barretta di cioccolato
- ✓ 8 volte più Proteine, meno grassi
- ✓ Fibre di alta qualità
- ✓ Delizioso cioccolato al latte abbinato ad arachidi, cocco o caramello

Mangiare dolci senza senso di colpa. Ora puoi.

Arachidi croccanti, gustose scaglie di cocco o morbido caramello, avvolti da un delizioso strato di cioccolato al latte. Le Protein Bar Extra Chocolate contengono fino al 95% di zuccheri in meno rispetto alle barrette standard e fino al 60% in meno di carboidrati.



### Elevato tenore di Proteine

8 volte più Proteine per i tuoi muscoli



### Gusto genuino da materie prime naturali

Raffinato cioccolato al latte abbinato ad arachidi, cocco o caramello



### Proteine del siero del latte di alta qualità

Più Proteine, meno grassi



### Meno carboidrati

fino al 95% di zuccheri in meno e meno grassi

## PROTEINE PER TUTTO IL GIORNO

Risparmiati le bombe di zucchero e le calorie superflue. La nostra barretta ti fornisce Proteine per te all'uso per le pause. Dimentica la fame e fai il pieno di Proteine: pochi carboidrati, pochi grassi e una bontà incredibile.

## DOLCEZZA NATURALE

Il sapore dolce della nostra barretta è dato dai glicosidi steviolitici della pianta di stevia. La nostra barretta proteica deve il suo straordinario sapore agli ingredienti naturali. Per intensificare il gusto, utilizziamo aromi naturali al posto delle sostanze chimiche.

## BASSO CONTENUTO DI CARBOIDRATI

Invece di una copertura al cioccolato o a base di zucchero, per mantenere la forma delle nostre barrette proteiche utilizziamo una speciale miscela di fibre alimentari. In questo modo riusciamo a mantenere il contenuto di carboidrati sui livelli necessari, non di più.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mattina, mezzogiorno, sera. Il tuo spuntino proteico dopo l'esercizio sempre e ovunque. E perfetto per chi ha voglia del dolce.

Le barrette proteiche sono particolarmente preziose quando hai fame e non hai a portata di mano nulla di nutriente. Anche nei giorni in cui non sei sicuro di mangiare abbastanza proteine, le barrette proteiche possono aiutarti in modo rapido e semplice.

## CONSIGLI PER L'USO

In qualsiasi momento.



# BARRETTA PROTEICA VEGANA

LO SNACK PROTEICO 100% VEGANO



## INGREDIENTI Gusto: Cioccolato e Mandorla

Sciroppo di isomalto-oligosaccaride, concentrato di proteina di riso (23%), agenti di carica (polidestrosio, cellulosa, carbossimetilcellulosa), umidificante (glicerolo), proteine di pisello isolate (7,1%), mousse di mandorle (5,2%), massa di cacao (4,1%), cacao magro in polvere (3,1%), aroma naturale, croccanti con cacao (2,0%) (riso, cacao (7,0%), sale, aroma naturale), sale marino, edulcorante (glicosidi steviolici), antiossidante (DL-alfa-tocoferolo). Può contenere tracce di glutine, uova, soia, latte e altra frutta a guscio.

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 60 g
Energia	1421 kj / 340 kcal	852 kj / 204 kcal
Grassi	10,3 g	6,2 g
di cui acidi grassi saturi	1,3 g	0,8 g
Carboidrati	22,4 g	13,4 g
di cui zuccheri	3,0 g	1,8 g
Fibre	24,9 g	14,9 g
Proteine	31,3 g	18,8 g
Sale	0,55 g	0,3 g

## GUSTI (2)

- Cioccolato e Mandorla
- Nocciola-Amaranto

## DESCRIZIONE

- ✓ Nessun prodotto di origine animale e senza lattosio
- ✓ Senza soia e senza glutine
- ✓ Ricco di aminoacidi essenziali

Le nostre barrette proteiche vegane ottengono le loro proteine al 100% da fonti vegetali e contengono tutti gli amminoacidi essenziali di cui i nostri muscoli hanno bisogno. Lattosio, glutine o soia non sono inclusi nella nostra ricetta. Non importa se vuoi seguire una dieta vegana o hai delle intolleranze: la nostra barretta proteica vegana è un concentrato di versatilità.



### 100% vegetale

Le migliori proteine vegane



### La merenda ideale per tutti!

Ricetta senza lattosio, glutine e soia



### Ad alto contenuto proteico

Da quattro fonti naturali



### Profilo aminoacidico completo

Ideale per la costruzione muscolare

## 100% VEGETALE

Le nostre barrette proteiche vegane non contengono prodotti animali come carne, uova o latticini. Proteine concentrate di riso, proteine del pisello isolate, pasta di nocciole, proteine di semi di girasole e farina di riso sono tutte fonti al 100% vegetali e naturali di proteine, grassi o carboidrati.

## DIVERSE FONTI PROTEICHE

Una buona miscela di fonti proteiche vegetali di alta qualità si traduce in un altissimo valore biologico poiché possiede un perfetto rapporto di aminoacidi essenziali. Combinando le diverse proteine nella barretta proteica vegana, abbiamo tutti gli aminoacidi essenziali come leucina, isoleucina e valina nella barretta. Questo renderà la tua barretta proteica vegana il più nutriente possibile.

## UNO SNACK PER TUTTI

Le nostre barrette proteiche vegetali sono perfette per chiunque desideri aggiungere un po' più di proteine vegetali alla propria dieta. Usiamo una formula completa e composta da diverse fonti per assicurarti di ottenere tutti i nutrienti di cui hai bisogno dopo l'allenamento. Senza glutine e lattosio.

## CONSIGLI PER L'USO

Come spuntino tra i pasti.  
Dopo l'allenamento.



# ENERGY BAR

## LA TUA CAFFEINA DA MASTICARE



### INGREDIENTI Gusto: Mela-Amarena

Sciroppo di riso\*, anacardi\*, sciroppo d'agave\*, amarene essiccate\* (10%), fiocchi di avena\*, mela a cubetti\* (6,9%), semi di lino\*, riso integrale soffiato\*, noci pecan\*, mirtilli rossi in pezzi\*, semi di girasole\*, polvere di guaranà\*, agar\* (\*da coltivazione biologica controllata, sistema di controllo CE).

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 35 g
Energia	1628 kj / 401 kcal	589 kj / 140 kcal
Grassi	14,4 g	5,1 g
di cui acidi grassi saturi	2,3 g	0,8 g
Carboidrati	57 g	20,0 g
di cui zuccheri	37,5 g	13,1 g
Proteine	8,2 g	2,9 g
Sale	0,05 g	0,02 g

### GUSTI (3)

- Cocco-Lamponi
- Mela-Amarena
- Mandorle-semi di zucca

### DESCRIZIONE

- ✓ Energia da noci, frutta fresca e sciroppo vegetale
- ✓ Con caffeina estratta dalla pianta di guaranà
- ✓ 100% bio
- ✓ Senza additivi artificiali

La caffeina naturale estratta dalla pianta di guaranà incontra noci e semi croccanti. Gusto succoso e fresco grazie alla migliore frutta selezionata e agli sciroppi vegetali. Un'armonia perfetta di carboidrati e grassi sani in tre gustose varianti. Naturalmente bio. Senza additivi artificiali.



#### Efficace come un caffè doppio

Perfetta per lo sviluppo e la definizione muscolare



#### Noci e semi croccanti

Le noci sono note per essere fonti naturali di



#### Qualità bio al 100%, senza ingegneria genetica

Gusto particolarmente morbido



#### Carboidrati rapidamente disponibili

Alimento 100% naturale, completamente vegetale



#### Pratico da asporto

Lo snack energetico per affrontare tutte le sfide

## SUPERFRUIT GUARANÀ

Il guaranà è una fonte di energia naturale. Contiene una quantità tripla di caffeina rispetto a un chicco di caffè. Inoltre la caffeina del guaranà conserva i suoi effetti nell'organismo fino a sei ore dopo l'assunzione. Energia duratura al posto del boost temporaneo del caffè.

## SEMPRE CON TE

Una tazza di caffè non può stare nella tasca dei pantaloni, le nostre barrette energetiche invece sì. Non importa dove e quando, l'energia da asporto è sempre pronta all'uso per ricaricarti rapidamente al 100%.

## MOLTO PIÙ DELLA CAFFEINA

Le nostre barre energetiche sono ricche di sostanze nutritive di alta qualità: carboidrati rapidamente disponibili, magnesio, grassi sani e fibre che non appesantiscono.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Le nostre barrette energetiche combinano noci, semi, frutta e caffeina del guaranà. La merenda perfetta. Sempre presenti, in ufficio, durante gli sport di resistenza, dopo o durante un duro allenamento.

## CONSIGLI PER L'USO

In qualsiasi momento, prima dell'allenamento.



# PROTEIN BALLS

## LO SNACK PROTEICO ROTONDO



### INGREDIENTI Gusto: Arachide-cacao

Arachidi (38%), datteri essiccati, concentrato di succo d'uva, concentrato di Proteine del siero del latte, polvere di cacao fortemente disoleato (1,8%), sale marino.

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 40 g
Energia	1743 kj / 417 kcal	697 kj / 167 kcal
Grassi	20 g	8,0 g
di cui acidi grassi saturi	2,8 g	1,1 g
Carboidrati	34 g	14 g
di cui zuccheri	33 g	13 g
Fibre	6,0 g	2,4 g
Proteine	22 g	8,8 g
Sale	0,20 g	0,08 g

### GUSTI (2+2)

- Arachide-cacao
- Torta al limone (vegano)
- Noce di cocco-anacardo
- Burro di arachidi salato (vegano)

### DESCRIZIONE

- ✓ Oltre 20% di Proteine in ogni pallina
- ✓ Pratico snack proteico da portare con sé
- ✓ 6 ingredienti per un sapore indimenticabile

Tante Proteine. Tanto gusto. E senza zuccheri aggiunti. Con le nostre Proteine Balls avrai finalmente uno snack adeguato al tuo stile di vita sano. Sei ingredienti selezionati a mano: noci e datteri di alta qualità crudista incontrano le Proteine del siero del latte prodotto da mucche allevate al pascolo.



#### Tante Proteine da asporto

Pratico snack proteico da portare sempre con sé



#### Proteine del siero del latte da mucche allevate al pascolo

Mangime vegetale, naturale al 100%



#### Gusto intenso, delizioso, autentico

Senza additivi e aromi artificiali aggiunti



#### Prodotto in Germania

Produzione certificata in grado di mantenere intatte le sostanze nutritive

## OGNI PALLINA UN CONCENTRATO DI ENERGIA

Abbiamo combinato ingredienti crudi con il meglio della frutta secca: il gusto delicato del cocco si unisce a quello dolce degli anacardi. Il sapore corposo del cacao incontra quello autentico delle arachidi. Aminoacidi essenziali di qualità, boccone dopo boccone, per fare il pieno di energia.

## SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI

Invece di utilizzare quantità ingenti di zucchero raffinato, le nostre Protein Balls contengono solo datteri e concentrato di succo d'uva. La perfetta alternativa ai classici snack dolci e alle praline di cioccolato. Inoltre, dopo lo sport, i carboidrati complessi consentono di recuperare l'energia consumata con l'attività fisica.

## OGNI PALLINA, UN CONCENTRATO DI PROTEINE

Per la nostra ricetta abbiamo utilizzato esclusivamente le noci che hanno per natura un contenuto proteico elevato, ovvero anacardi e arachidi. Lo slancio proteico supplementare fornito dalle Protein Balls è dato dalle proteine isolate del siero del latte provenienti da mucche allevate al pascolo.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Le protein balls sono uno spuntino ideale prima, dopo o durante un allenamento intenso.

Se hai voglia di qualcosa di dolce, le protein ball offrono il meglio al gusto di cacao e arachidi o noci di cocco e anacardi.

## CONSIGLI PER L'USO

Tra i pasti.



# MIX NOCI E BACCHE

NOCI E BACCHE SELEZIONATE



## INGREDIENTI

Noci di anacardicbc\*, physalis cbc\*, semi di mandorle cbc\*, amarene cbc\*, more di gelso cbc\*, noci del Brasile cbc\*, pistacchi cbc\*, macadamia cbc\*, bacche di Goji cbc\*, gherigli di noci cbc\*.

\*da coltivazione biologica controllata

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	2065 kj / 496 kcal
Grassi	32,5 g
di cui acidi grassi saturi	5,6 g
Carboidrati	34,3 g
di cui zuccheri	28,6 g
Fibre	7,4 g
Proteine	13,1 g
Sale	0,1 g

## GUSTI

- Noci e Bacche

## DESCRIZIONE

- ✓ Ideale come spuntino in viaggio e al lavoro.
- ✓ Proteine essenziali per i muscoli.
- ✓ Ricco di acidi grassi polinsaturi.

Il nostro mix di noci e frutti di bosco è unico. Uvetta economica tra gli ingredienti? Allora non facciamo al caso tuo. Coloro che roscchiano in modo sofisticato apprezzano un'elevata densità di nutrienti. Il tuo corpo ti ringrazierà per l'apporto di alta qualità, acidi grassi essenziali e vitamine.



### Sazi con ingredienti naturali

Senza irradiazione o trattamento chimico



### Crudista vegano di qualità

Non trattato, non sbiancato, non zuccherato



### 100% qualità biologica

Da agricoltura biologica sostenibile



### Selezione di alta qualità

Senza materiale di riempimento economico come l'uvetta

## INGREDIENTI DI ALTA QUALITÀ

Le nostre noci e bacche sono state accuratamente selezionate per il loro pieno apporto di proteine, lipidi sani e zuccheri naturali. Non vi è alcuna lavorazione o trattamento termico delle materie prime al fine di mantenere il loro alto valore nutritivo.

## GUSTOSO, SANO, 100% BIOLOGICO

Le nostre noci e bacche sono certificate biologiche secondo i criteri più rigidi. Le materie prime coltivate biologicamente non solo sono prive di pesticidi, ma offrono anche un'esperienza di gusto completa senza altri additivi. Senza additivi, materiale di riempimento economico e l'uso di pesticidi.

## UNO SNACK ENERGETICO IDEALE

Le noci e bacche possono essere utilizzate in vari modi, come spuntino post allenamento o come ingrediente nei cereali e nelle insalate.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Le noci e bacche sono ideali per piacevoli spuntini tra i pasti principali. Una manciata di noci e bacche allevia la fame, soprattutto la sera, e dona energia preziosa dopo un allenamento intenso. Il nostro mix di noci e bacche dovrebbe essere consumato con moderazione durante una dieta dimagrante, a causa del suo alto contenuto calorico.

## CONSIGLI PER L'USO

La sera e dopo l'allenamento.



# PROTEIN COOKIES

IL FITNESS COOKIE PIÙ DELIZIOSO DI SEMPRE



## INGREDIENTI

Gusto: Cioccolato Bianco e Mandorle

proteine del frumento (17%), farina di frumento, edulcoranti (maltitolo, xilitolo), proteine di siero del latte (10%), mandorle tritate (10%), olio di girasole, cioccolata bianca (8%) (edulcorante (maltitolo)), burro di cacao, polvere di latte intero, fibre di grano, emulsionante (lecitina di girasole), umidificante (glicerolo), olio di cocco, emulsionante (lecitina di soia), agente lievitante (carbonato di sodio), aroma naturale, sale. Con edulcoranti.

## VALORI NUTRIZIONALI

	per 100 g	per 50 g
--	-----------	----------

Energia	1990 kJ / 477 kcal	995 kJ / 239 kcal
Grassi	26 g	13 g
di cui acidi grassi saturi	8,1 g	4,1 g
Carboidrati	41 g	21 g
di cui zuccheri	1,1 g	0,6 g
Fibre	2,8 g	1,4 g
Proteine	26 g	13 g
Sale	0,85 g	0,43 g

## GUSTI (2+3)

- Cioccolato Bianco e Mandorle
- Gocce di cioccolato
- Mela-Cannella (Vegano)
- Cheesecake ai mirtilli (Vegano)
- Caramello Salato (Vegano)

## DESCRIZIONE

- ✓ Con proteine del siero del latte della Nuova Zelanda
- ✓ NON duro come i normali biscotti proteici
- ✓ 0,6 g di zucchero per biscotto

I nostri biscotti proteici sono al 100% biscotto. Eravamo stufi di mangiare biscotti proteici, che in realtà erano barrette proteiche dure sotto forma di biscotti. Quindi abbiamo creato la nostra versione che sembra davvero un vero biscotto. Perché se ti va un biscotto... allora dovresti prenderne uno anche tu.



**Poco zucchero, tante proteine**



**Proteine del siero del latte da mucche al pascolo**



**Vera consistenza del biscotto**

## PROTEINE DEL FRUMENTO COME FONTE PROTEICA

Le proteine del frumento sono un'ottima fonte di proteine vegetali. Viene spesso utilizzato nei prodotti da forno perché mantiene compatto l'impasto. Garantisce inoltre che i nostri biscotti proteici sembrino dei normali biscotti.

## MALTITOLO AL POSTO DELLO ZUCCHERO

Gli alcoli di zucchero si trovano naturalmente nella frutta e in molte verdure. Uno di questi è il maltitolo. È molto simile allo zucchero, ma ha meno calorie e non provoca la carie. Con i nostri biscotti proteici puoi fare uno spuntino senza preoccuparti degli effetti collaterali dello zucchero.

## 0% OLIO DI PALMA

A differenza dei tradizionali biscotti proteici, rinunciamo completamente all'olio di palma. Perché? Semplicemente: la coltivazione della palma da olio, da cui si estrae l'olio di palma, contribuisce in modo dimostrabile alla distruzione della foresta pluviale, ovvero l'habitat di molte specie animali (in via di estinzione) in Asia e nel resto del mondo. Ecco perché i nostri biscotti proteici contengono solo olio di girasole e olio di cocco invece dell'olio di palma, risultando quindi davvero croccanti.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

È semplice: ogni volta che hai voglia di qualcosa di dolce. Il raggiungimento di determinati obiettivi nel fitness come la perdita di peso o la crescita muscolare dipende da come si presenta la tua routine quotidiana nell'allenamento e nell'alimentazione.





# INTEGRATORI

Le vitamine sono essenziali per il benessere fisico e la salute. Indipendentemente dai diversi stili di vita di ciascuno. Grazie al loro contenuto specifico, i nostri integratori contribuiscono a un'alimentazione bilanciata. Il valore aggiunto? Possono essere assunti quotidianamente con la massima tranquillità. Le capsule vegane sono prodotte in Germania e vengono sottoposte a controlli di qualità certificati.

# I NOSTRI INTEGRATORI



**DAILY VITAMINS**



**OMEGA 3**



**BCAA**



**ZN:MG**



**CREATINA**



**L-CARNITINA**



**L-GLUTAMMINA**



**L-ARGININA**

# DAILY VITAMINS

## IL PIENO DI VITAMINE PER TUTTI I GIORNI

### INGREDIENTI SPECIALI

	per porzione
Estratti di verdura e verdura in polvere	360 mg
Estratti di frutta e frutta in polvere	160 mg
di cui polifenoli	48 mg
Polvere di mela	20 mg
Polvere di arancia	20 mg
Polvere di alga Spirulina	100 mg
Proteine	200 mg

### VITAMINE

	per porzione
Vitamina A	800 ug
Vitamina D	5,0 ug
Vitamina E	12 mg
Vitamina C	80 mg
Vitamina B1	1,1 mg
Vitamina B2	1,4 mg
Vitamina B6	1,4 mg
Vitamina B12	2,5 ug
Niacina	16 mg
Acido pantotenico	6,0 mg
Acido folico	200 mg
Biotina	50 ug



### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per le sfide stressanti di ogni giorno
- ✓ Copertura completa con tutte le vitamine essenziali
- ✓ Capsule perfettamente dosate

L'apporto quotidiano delle vitamine più importanti è essenziale per garantire ottime prestazioni fisiche e tutelare la salute. Le nostre Daily Vitamins offrono ciò di cui il tuo corpo ha bisogno. Il meglio della frutta e della verdura sotto forma di capsule.



#### Gusto intenso, delizioso, autentico

Senza additivi artificiali, né altri aromi



#### Prodotto in Germania

Produzione certificata in grado di mantenere intatte le sostanze nutritive

## VERA FRUTTA E VERDURA

Frutta e verdura vera per il massimo contenuto di vitamine. La combinazione di arance, mele, broccoli e carote offre una vasta gamma di sostanze nutritive.

## CAPSULE VEGANE

Gli involucri delle capsule sono costituiti al 100% in cellulosa naturale e rinnovabile. Noi prendiamo le distanze dall'utilizzo di involucri per le capsule di bassa qualità in gelatina e utilizziamo esclusivamente materie prime naturali di alta qualità sia per l'involucro delle capsule che per il loro contenuto.

## LAVORAZIONE DELICATA

I residui di pesticidi sono velenosi per il corpo umano e lo sottopongono a uno stress inutile. Inoltre gli agricoltori sono esposti, in caso di utilizzo intensivo di pesticidi, a seri rischi per la salute per non parlare del terreno e dell'ambiente che vengono fortemente danneggiati dagli effetti di queste sostanze chimiche. Ecco perché utilizziamo esclusivamente verdura e frutta da agricoltura sostenibile, realizzata senza utilizzo intensivo di pesticidi.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

2 capsule (1 porzione) al giorno da ingerire con una sufficiente quantità di liquidi.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino, alla sera.



# OMEGA 3

## VEGANE POWER FÜR HERZ UND KREISLAUF



### INGREDIENTI

Olio di alghe (olio della microalga Schizochytrium sp.), agente umidificante (glicerina), addensante (amido modificato, carragenina), olio di girasole, estratto di rosmarino, estratti ad elevato contenuto di tocoferolo, antiossidante (palmitato di ascorbilo), regolatore di acidità (carbonato di sodio).

### INGREDIENTI SPECIALI per porzione (2 Kapseln)

Olio di alghe	1440 mg
di cui acido docosaesaenoico (DHA)	432 mg
Acido eicosapentaenoico (EPA)	216 mg

### DESCRIZIONE

- ✓ Dose giornaliera di importanti acidi grassi EPA e DHA
- ✓ Favorisce le normali funzioni del cuore
- ✓ Ideale per la quotidianità e lo sport

Gli acidi grassi Omega 3 DHA ed EPA sono acidi grassi essenziali, pertanto non possono essere sintetizzati autonomamente dal corpo e vanno assunti attraverso l'alimentazione. Gli Omega 3 aiutano a mantenere la normale funzionalità di cuore, cervello e vista. Il nostro olio agli Omega 3 è vegano ed è realizzato con le alghe. Per il tuo bene e per quello della natura.



#### Fa bene al cervello

Il DHA favorisce le normali funzioni cerebrali



#### Favorisce le normali funzioni del cuore

L'EPA e il DHA aiutano a mantenere una pressione sanguigna normale



#### Fa bene agli occhi

Il DHA favorisce le normali funzioni della vista



#### Vegano e purissimo

Per proteggere l'ecosistema



#### Prodotto in Germania

I controlli più rigorosi per la massima purezza

## PER LA SALUTE

Il corpo umano non è in grado di produrre da solo gli omega-3. Perciò è consigliabile un apporto esterno di questo prezioso elemento. Una quantità giornaliera pari a 250 mg dell'omega-3 DHA contribuisce a mantenere efficiente la vista e favorisce una normale funzionalità del cuore e del cervello.

## OLIO DI ALGHE INVECE DI OLIO DI PESCE

L'olio di alghe è la fonte più naturale e pura di omega-3. Accorcia infatti la catena di creazione del valore eliminando il passaggio intermedio dell'utilizzo del pesce, consentendo così di tenere in considerazione uno dei più rilevanti problemi ambientali del nostro tempo. L'estrazione di olio dalle alghe non distrugge alcun ecosistema, anzi, è una produzione sostenibile ed equa.

## PER L'ALLENAMENTO

Un apporto sufficiente di acidi grassi omega-3 è importante. Un cuore che funziona in modo ottimale è il miglior supporto per un allenamento efficace. Quanto migliore è il funzionamento generale dell'organismo, tanto più rapidi sono i tempi di recupero del corpo dopo l'allenamento.



## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Assumere 2 capsule al giorno con una quantità sufficiente d'acqua o altra bevanda.

## CONSIGLI PER L'USO

mattina, sera

# CAPSULE BCAA

## AMINOACIDI ESSENZIALI PER LA MUSCOLATURA



### INGREDIENTI

L-leucina (37,5%), L-isoleucina (18,8%), L-valina (18,8%), L-alanina, capsula vegana (idrossipropilmetilcellulosa), agente separatore (sali di magnesio degli acidi grassi), acido pantotenico, vitamina B6.

### INGREDIENTI SPECIALI per porzione

BCAA <sup>1</sup>	2400 mg
di cui L-leucina	1200 mg
di cui L-isoleucina	600 mg
di cui L-valina	600 mg

### NATÜRLICHE INHALTSSTOFFE

	per porzione	VNR <sup>2</sup>
Vitamina B6	0,86 mg	60 %
Acido pantotenico	3,6 mg	60 %

<sup>1</sup> BCAA = aminoacidi a catena ramificata

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per atleti di resistenza e pesisti
- ✓ Aminoacidi essenziali per la muscolatura
- ✓ Per lo sviluppo muscolare e l'allenamento per la forma fisica

Leucina, isoleucina e valina rivestono un ruolo importante per la qualità muscolare e costituiscono una fonte di energia rapidamente disponibile prima dell'allenamento. Con i nostri BCAA farai rifornimento di aminoacidi essenziali di alta qualità.



#### Puramente vegetale

BCAA premium fermentati



#### BCAA premium

Nel collaudato rapporto 2: 1: 1



#### Rivestimenti di capsule vegane

Materiale delle capsule da fibre di cellulosa vegetale



#### Prodotto in Germania

I controlli più rigorosi per la massima purezza



#### BCAA completi

Anticatabolico muscolare e miglioramento delle prestazioni

## BCAA NATURALI

Per noi la qualità è strettamente legata all'origine naturale dei componenti. Per questo per la realizzazione sia del contenuto che degli involucri delle capsule utilizziamo soltanto materie prime di origine vegetale: un approccio che ci permette di garantire una qualità vegana al 100%.

## QUALITÀ COME MASSIMA PRIORITÀ

Noi prendiamo espressamente le distanze dai processi di estrazione di bassa qualità da capelli umani o da piume d'anatra. Queste procedure produttive sono sensibilmente più convenienti in termini economici, ma per noi non sono praticabili in ragione del nostro approccio basato sulla garanzia di un'elevata qualità.

## RAPPORTO IDEALE DI BCAA 2:1:1

Il fabbisogno quotidiano di base di leucina è il doppio rispetto a quello di isoleucina e valina. Solo con il corretto dosaggio, il corpo può utilizzare in modo ottimale i singoli componenti per le proprie esigenze, durante e dopo l'allenamento.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Prendere 4 capsule con liquido sufficiente dopo l'allenamento. Se ti alleni più di 3 volte a settimana, ti consigliamo di assumere 4 capsule al giorno.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino, alla sera o prima di fare sport.



# ZN:MG

ZINCO E MAGNESIO PER AUMENTARE LE PRESTAZIONI.



## INGREDIENTI

Glicinato di magnesio, acido malico, capsula vegana (idrossipropilmetil-cellulosa), zinco gluconato, agente separatore (sali di magnesio degli acidi grassi), vitamina B6.

## MINERALI

	per porzione
Magnesio	375 mg
Zinco	20 mg

## VITAMINE

	per porzione
Vitamin B6	4,2 mg

## INGREDIENTI SPECIALI

	per porzione
Acido malico	375 mg

## DESCRIZIONE

- ✓ Ideali per tutte le attività, sia sportive che lavorative
- ✓ Prevedono i cali di concentrazione e i segni di stanchezza
- ✓ Favoriscono il recupero dopo l'allenamento

Una carenza di micronutrienti può compromettere sensibilmente le prestazioni di tutti i giorni. La conseguenza: cali di concentrazione e segni di stanchezza. Che si tratti di impegni relativi al lavoro o allo sport, ciascuno di noi ha bisogno del giusto apporto di minerali per poter svolgere sempre al meglio i propri compiti.



### Zinco gluconato di alta qualità

Senza ossidi di zinco o solfati di zinco inorganici e di bassa qualità



### Matrice di trasporto acido malico

Per un assorbimento ottimale di zinco e magnesio



### Magnesio glicinato di qualità premium

Senza cloruro di magnesio inorganico e di bassa qualità



### Rivestimenti di capsule vegane

Materiale delle capsule da fibre di cellulosa vegetale



### Prodotto in Germania

Materie prime accuratamente selezionate e lavorate

## BIODISPONIBILITÀ ELEVATA

Per la nostra combinazione di zinco e magnesio ci avvaliamo soltanto di composti con la massima biodisponibilità.

A tal fine utilizziamo magnesio glicinato e zinco gluconato.

## CAPSULE VEGANE

I materiali delle capsule sono costituiti al 100% da fibre di cellulosa vegetale. Noi prendiamo le distanze dall'utilizzo di involucri per le capsule di bassa qualità in gelatina e utilizziamo esclusivamente materie prime naturali di alta qualità sia per l'involucro delle capsule che per il loro contenuto. Per un'integrazione alimentare di alta qualità a tutto tondo, adatta anche a chi segue una dieta vegana o vegetariana.

## RICETTA COLLAUDATA

Abbiamo sviluppato la famosa formula di zinco e magnesio ZMA e l'abbiamo perfezionata incorporando acido malico. In questo modo abbiamo creato un legame caratterizzato da massima disponibilità, del tutto privo di effetti secondari.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

3 capsule a stomaco vuoto prima di coricarsi.  
L'ultimo pasto dovrebbe essere preso almeno 2 ore prima. Non consumare insieme a latticini.

## CONSIGLI PER L'USO

Alla sera.



# CREATINA

## BOOSTER PER LO SVILUPPO MUSCOLARE



### INGREDIENTI

Creatina monoidrato (Creapure®) (85%), cellulosa (capsule), antiagglomerante (magnesio stearato).

### INGREDIENTI SPECIALI

	per porzione
Creatina monoidrato (Creapure®)	3000 mg
di cui creatina	2640 mg

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per gli atleti
- ✓ Miglioramento della forza massima e della forza esplosiva
- ✓ Superamento del plateau delle prestazioni

Sollevamento pesi, calcio, corsa: per ogni atleta che si allena seriamente in qualsiasi disciplina sportiva, il plateau delle prestazioni è un problema ben noto. Chi desidera migliorare in maniera costante la propria velocità e forza massima, trova nella nostra creatina l'alleato ideale. Inoltre, la creatina è indicata per lo sviluppo muscolare costante e l'aumento di peso.



#### **Creatina monoidrato pura al 100%**

Energia, forza e resistenza per i muscoli



#### **Creapure® originale**

Materia prima creatina di massima qualità



#### **Senza additivi artificiali**

Naturale di per sé, per la massima purezza e qualità



#### **Capsule vegane**

Capsule vegetali - senza gelatina animale



#### **Prodotto in Germania**

Materie prime accuratamente selezionate e lavorate

## QUALITÀ PREMIUM

Creapure® è il marchio conosciuto in tutto il mondo per la creatina di qualità tedesca. La qualità Creapure si caratterizza soprattutto per l'elevato grado di purezza e per la massima biodisponibilità.

## CREATINA PULITA

Nella creatina di bassa qualità il processo di produzione utilizzato può lasciare delle tracce di anabolizzanti. Pertanto, nel peggiore dei casi, l'assunzione di creatina di bassa qualità può provocare positività a un eventuale test anti-doping. Chi utilizza creatina di alta qualità non ha sicuramente nulla da temere.

## CREATINA IN POLVERE O IN CAPSULE

La differenza tra creatina in capsule e in polvere è solo nella forma di confezionamento. Mentre la creatina in capsule è più comoda in viaggio, la creatina in polvere può essere disciolta ad esempio senza problemi anche nei succhi di frutta. Entrambe le varianti agiscono nel medesimo modo.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

**Capsule:** 4 capsule al giorno con sufficiente liquido (acqua o succo).

**Polvere:** Sciogliere 3 g di polvere (circa 1 cucchiaino) in almeno 200 ml di acqua o succo.

Se assumi regolarmente la creatina, ti consigliamo di bere almeno 2,5-3,5 litri di acqua al giorno.

## CONSIGLI PER L'USO

Quotidianamente, al mattino, prima dell'allenamento.



# L-CARNITINA

## MODELLA IL CORPO CON L-CARNITINA



### INGREDIENTI

Carnipure tartrato (81%), capsula vegana (idrossipropilmetilcellulosa), agente separatore (sali di magnesio degli acidi grassi).

### INGREDIENTI SPECIALI

	per porzione
Tartrato di Carnipure	1770 mg
di cui L-carnitina	1200 mg

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per il body shaping
- ✓ Energetico grazie agli acidi grassi
- ✓ Qualità su tutta la linea

Una corretta alimentazione e allenamento sono i fattori di successo per la prova costume. Per allenamenti intensi, anche durante il body shaping, è importante un apporto energetico efficiente: in questo caso la L-carnitina può davvero aiutarti.



#### **Materia prima Carnipure®**

L-carnitina tartrato di altissima qualità



#### **Capsule vegane**

Capsule vegetali senza gelatina animale



#### **Realizzato in Germania**

Materie prime accuratamente selezionate e

## CARNITINA PREMIUM

Il marchio registrato Carnipure® è sinonimo di qualità premium nel settore della carnitina. I fornitori svizzeri di materie prime sviluppano il prodotto da oltre 25 anni. In stretta collaborazione con università e studi clinici, vengono create preziose scoperte per il settore della nutrizione.

## CARNITINA VEGANA

La L-carnitina proviene quasi esclusivamente da carne e latticini. Questo non sempre rende facile, soprattutto per vegani e vegetariani, assumere carnitina attraverso la loro dieta. Ecco perché ci affidiamo alle puramente vegane realizzate in cellulosa naturale. Inoltre: gli involucri delle capsule vegetali di alta qualità sono molto più invitanti dei loro omologhi animali realizzati con gli scarti dei macelli.

## DEFINIZIONE PERFETTA

La base delle fasi di definizione o del body shaping è un deficit calorico giornaliero. Tra le altre cose, la L-Carnitina assume la funzione di trasportare i grassi alimentari ai mitocondri, dove vengono trasformati in energia. Inoltre, gli studi hanno ripetutamente riscontrato correlazioni positive tra il consumo di L-carnitina e livelli più alti di energia in ambito sportivo.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Assumere 3 capsule al giorno con sufficiente acqua o bevanda.

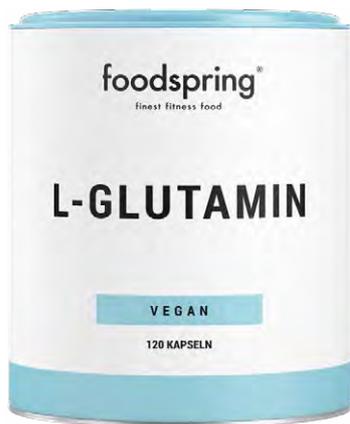
## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino o prima dell'allenamento.



# L-GLUTAMMINA

## PER LA RIGENERAZIONE



### INGREDIENTI

L-glutamina (82,3%), capsula vegana (idrossipropilmetilcellulosa), agente separatore (sali di magnesio degli acidi grassi).

### INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

per porzione

Aminoacidi

L-glutamina	3400 mg
-------------	---------

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per allenamenti di forza e resistenza
- ✓ Aiuta il processo di rigenerazione
- ✓ Sviluppato appositamente per il post allenamento

I nostri muscoli sono costituiti da quasi il 60% dell'aminoacido essenziale L-glutamina. Questo valore sottolinea l'importante ruolo che la glutamina svolge nel nostro corpo. In caso di stress fisico intenso e di una vita quotidiana impegnativa, la glutamina può aiutare a garantire le prestazioni e modellare efficacemente i processi di rigenerazione dei muscoli.



#### L-glutamina polivalente

Per una migliore rigenerazione



#### Capsule vegane

Senza gelatina animale



#### Di pura origine vegetale

Fermentazione naturale



#### Realizzato in Germania

Secondo rigorosi standard e linee guida



#### Senza aromi artificiali

100% naturale

## CAPSULE VEGANE

Nella produzione delle nostre capsule non devono essere utilizzati rifiuti trasformati di suini o bovini. Usiamo capsule vegane per abbinare le nostre materie prime a base vegetale per la glutammina. L'origine? Fibre di cellulosa al 100% da materie prime naturalmente rinnovabili.

## GLUTAMMINA NATURALE

Alcuni prodotti a base di glutammina contengono ingredienti di qualità inferiore come piume d'anatra o capelli umani. Noi invece vogliamo dare al tuo corpo solo integratori di altissima qualità per garantire le massime prestazioni. Ecco perché la nostra L-glutammina viene fermentata naturalmente. Attribuiamo particolare importanza alle fonti delle materie prime vegetali e utilizziamo chicchi di mais fermentati. È così che creiamo un amminoacido di alta qualità che è 100% vegano e si caratterizza per la sua elevata disponibilità biologica.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Prendere 4 capsule con sufficiente acqua o bevanda dopo l'allenamento. Per più di 3 sessioni di allenamento a settimana, si consiglia di assumere 4 capsule al giorno.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino, alla sera o dopo l'allenamento.



# L-ARGININA

PER UNA MIGLIORE DISTRIBUZIONE DEI NUTRIENTI



## DESCRIZIONE

- ✓ Ideale come supporto per l'allenamento
- ✓ Più forza e resistenza
- ✓ Assorbimento ottimale dei nutrienti

È quasi impossibile ottenere le migliori prestazioni in assoluto in ogni sessione di allenamento. Tuttavia, uno stress e una stimolazione sufficienti sono essenziali per un'ottima costruzione muscolare. La L-arginina favorisce il trasporto dei nutrienti nel sangue e ti aiuta a dare il meglio di te.

## INGREDIENTI

L-arginina (85%), cellulosa (capsula), agente distaccante (stearato di magnesio).

## INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	per porzione (4 capsule)
L-arginina	2800 mg



### 100% vegetale

L-arginina fermentata



### L-arginina premium

Massima biodisponibilità



### Capsule vegane

Senza gelatina animale



### Realizzato in Germania

Qualità premium



### Fonte di energia

Per un allenamento ideale

## CAPSULE VEGANE

Nella produzione delle nostre capsule non devono essere utilizzati rifiuti trasformati di suini o bovini. Usiamo capsule vegane per abbinare le nostre materie prime a base vegetale per la glutammina. L'origine? Fibre di cellulosa al 100% da materie prime naturalmente rinnovabili.

## 100% NATURALE

La nostra L-arginina non contiene né capelli umani né piume d'anatra. Utilizziamo solo arginina a fermentazione naturale di origine vegetale. La nostra arginina è composta al 100% da mais fermentato ed è quindi 100% di origine vegetale. Per gli atleti più esigenti nel campo della forza e della resistenza.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Prendere 4 capsule con sufficiente acqua o bevanda dopo l'allenamento. Per più di 3 sessioni di allenamento a settimana, si consiglia di assumere 4 capsule al giorno.

## CONSIGLI PER L'USO

Al mattino, alla sera o dopo l'allenamento.





# MUESLI & PORRIDGE

È il modo perfetto per iniziare la giornata. Con il muesli e il porridge foodspring, fornisci al tuo corpo proteine di alta qualità, carboidrati complessi e fibre, dandoti una vera spinta nutrizionale! Senza prodotti chimici, senza zuccheri aggiunti. Sazietà più duratura senza sensazione di pesantezza.

# I NOSTRI MUESLI E PORRIDGE



**MUESLI PROTEICO**



**PORRIDGE PROTEICO**



**BREAKFAST BOWL**



**AVENA Istantanea**

# MUESLI PROTEICO

MUESLI PROTEICO CON FIOCCHI DI SOIA



## GUSTI (3)

- Datteri-Noci
- Cioccolato
- Mirtilli-Mandorle di terra

## DESCRIZIONE

- ✓ 27% di proteine dai sottili fiocchi di soia
- ✓ Dolcezza a base di frutta vera, senza zuccheri aggiunti
- ✓ Qualità biologica dall'azienda agricola di famiglia sul Lago di Costanza

## INGREDIENTI Gusto: datteri-noci

Fiocchi di soia cbc\*, datteri tritati cbc\* (15%), mandorle cbc\* (15%), anacardi cbc\* (10%), prugne a fette cbc\*, nocciole tostate cbc\* (4,6%), semi di girasole cbc\*, quelli secchi Cubetti di mela cbc\*, semi di lino schiacciati cbc\*, cannella cbc\*.

\* Da coltivazione biologica controllata, sistema di controllo CE

VALORI NUTRIZIONALI	per 100 g	per 60 g
Energia	1777 kj / 426 kcal	1066 kj / 256 kcal
Grassi	23 g	14 g
di cui acidi grassi saturi	2,3 g	1,4 g
Carboidrati	24 g	14 g
di cui zuccheri	18 g	11 g
Fibre	14 g	8,4 g
Proteine	27 g	16 g
Sale	0,01 g	0 g



### Dai campi sul Lago di Costanza

Fiocchi di soia finissimi senza sostanze chimiche aggiuntive.



### 100% qualità biologica, 0% ingegneria genetica

Da agricoltura sostenibile



### Senza zuccheri aggiunti

Solo fruttosio naturale



### Ricco di proteine

3,5 volte di proteine in più di un normale muesli



### Ricco di fibre

Sii sazio più a lungo senza sentirti pesante

## POCO ZUCCHERO E TANTE PROTEINE A COLAZIONE

Il nostro muesli non contiene zuccheri aggiunti. È dolcificato naturalmente con frutta secca come datteri, mele o prugne. Questi frutti sono molto ricchi di fibre, vitamine e minerali. Il muesli è quindi un'ottima fonte di energia ricco di proteine per iniziare la giornata: 16 g a porzione.

## FONTE DI PROTEINE DI ALTA QUALITÀ

Dopo la raccolta, i semi di soia per il nostro muesli proteico biologico vengono accuratamente disoleati e trasformati in fiocchi, e la gran parte dei carboidrati viene estratta. Insieme alle proteine delle diverse noci, questo aumenta al massimo il contenuto proteico del muesli proteico biologico. 3,5 volte in più di proteine rispetto al normale muesli.

## UN PRODOTTO BIOLOGICO DI QUALITÀ

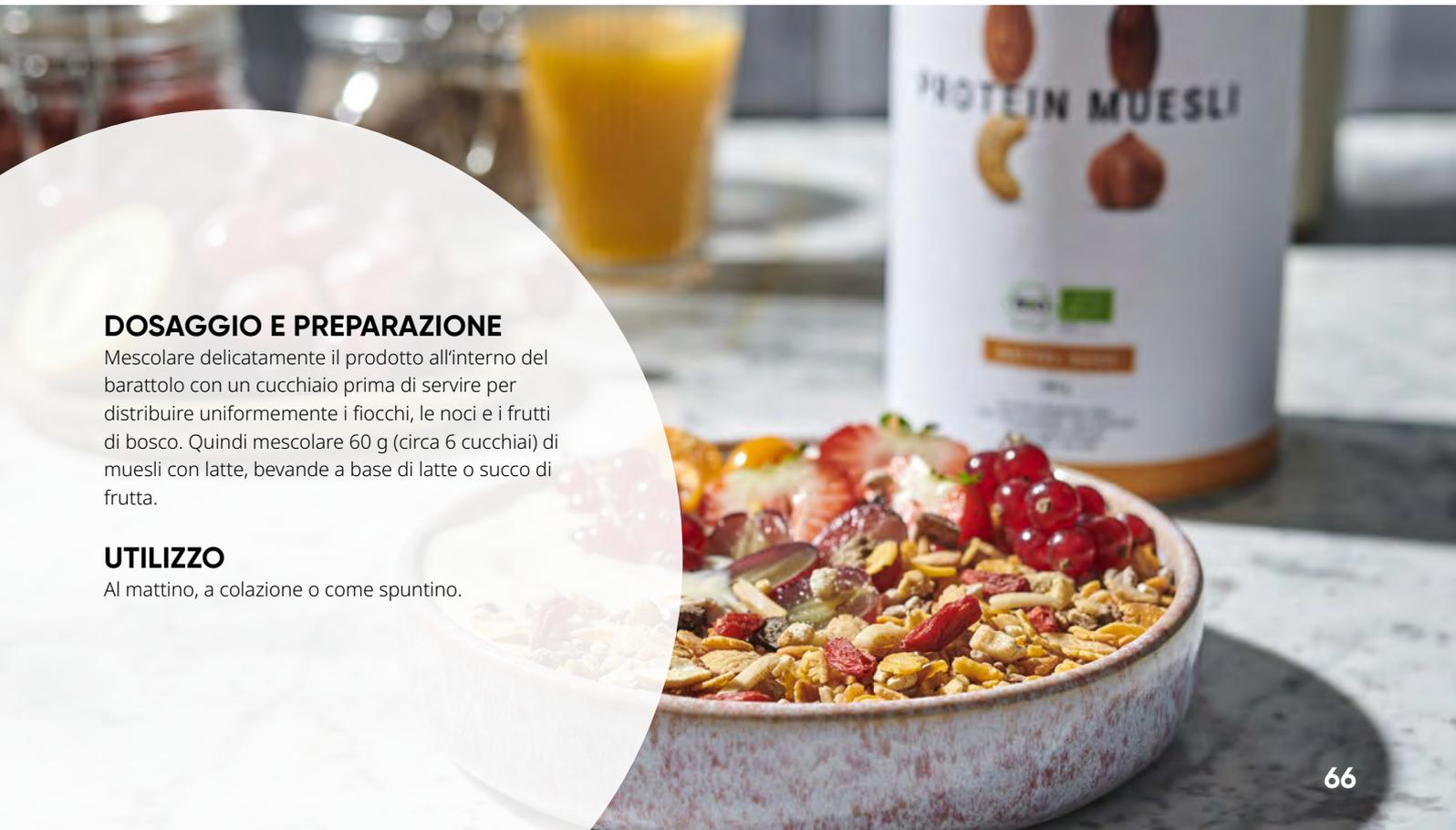
Il processo produttivo è seguito dalla semina al prodotto finito. Il cuore dell'elevata qualità del prodotto è la coltivazione regionale della soia secondo le più rigorose linee guida di Bioland in Germania e nel Burgenland austriaco. Le certificazioni secondo gli standard Bioland attestano il non utilizzo degli allevamenti intensivi, dei fertilizzanti chimici e dei pesticidi.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescolare delicatamente il prodotto all'interno del barattolo con un cucchiaino prima di servire per distribuire uniformemente i fiocchi, le noci e i frutti di bosco. Quindi mescolare 60 g (circa 6 cucchiaini) di muesli con latte, bevande a base di latte o succo di frutta.

## UTILIZZO

Al mattino, a colazione o come spuntino.



# PORRIDGE PROTEICO

COLAZIONE PER I TUOI MUSCOLI



## INGREDIENTI

Gries di soia disoleato cbc\*, latte intero in polvere cbc\*, fiocchi d'avena cbc\*, zucchero di canna cbc\*, farina di soia disoleata cbc\*, mele liofilizzate cbc\* 10%, aroma naturale, addensante: gomma di guar cbc\* , acidificante: acido citrico, cannella in polvere (0,4% ).

\* Da coltivazione biologica controllata, sistema di controllo CE

## VALORI NUTRIZIONALI

	per 100 g	per 60 g
Energia	1548 kj / 368 kcal	929 kj / 221 kcal
Grassi	7,6 g	4,6 g
di cui acidi grassi saturi	2,1 g	1,3 g
Carboidrati	33,4 g	20 g
di cui zuccheri	24,3 g	14,6 g
Fibre	13,5 g	8,1 g
Proteine	33,5 g	20,1 g
Sale	0,2 g	0,1 g

## GUSTI (2)

- Cioccolato
- Vaniglia

## DESCRIZIONE

- ✓ Slancio proteico per una giornata energetica
- ✓ 90% in meno di fitoestrogeni rispetto ai prodotti di soia convenzionali
- ✓ 20 g di proteine di alta qualità per porzione

Il porridge proteico a base di soia fornisce una combinazione di carboidrati complessi e proteine vegetali sane. È facile da digerire, riempie a lungo e rende felici i tuoi muscoli.



### Proteine di soia da agricoltura sostenibile

Prodotto dall'azienda familiare Storzeln sul Lago di Costanza



### Pronto in 3 minuti

Senza cottura, senza microonde



### Ricco di proteine

3 volte più proteine rispetto ad un porridge convenzionale



### 100% soia biologica

Da agricoltura biologica controllata



### Aromi naturali

Per un consumo sostenibile e genuino

## INGREDIENTI DI ALTA QUALITÀ

Il Porridge proteico di foodspring è 100% biologico e la sua formula naturale è raffinata solo con ingredienti veri (come lo zucchero di canna grezzo naturale) e aromi naturali da coltivazione biologica certificata. Per questo motivo nel porridge ai gusti mela-cannella e frutti di bosco si trovano pezzi interi di frutta.

## FONTE AFFIDABILE DI PROTEINE

Le proteine del nostro muesli provengono dai semi di soia. Dopo la raccolta, questi vengono accuratamente disoleati, trasformati in scaglie e liberati dalla maggior parte dei carboidrati. La soia ordinaria viene spesso coltivata come monocoltura con l'uso di pesticidi, che danneggiano non solo l'ambiente ma anche l'organismo. Noi di foodspring rifiutiamo questo metodo. Ecco perché fissiamo i più alti standard di qualità nella selezione delle materie prime. Hofgut Storzeln ci ha convinto con il suo processo di produzione innovativo e la coltivazione regionale della soia ed è quindi il nostro partner affidabile.

## PRONTO IN 3 MINUTI

Hai i minuti contati? Non preoccuparti. Il nostro porridge proteico è pronto in 3 minuti. Metti semplicemente il porridge in una ciotola, aggiungi dell'acqua e mescola. Lascia riposare per 3 minuti e il gioco è fatto!

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Agitare bene il barattolo prima della preparazione. Mescolare 60 g (circa 6 cucchiaini) di porridge in 120 ml di acqua calda e lasciar riposare per 3-5 minuti, mescolando di tanto in tanto.

## UTILIZZO

Al mattino.



# BREAKFAST BOWL

«INIZIA LA GIORNATA CON I SUPERFOOD»



## INGREDIENTI Gusto: Spirulina e Cocco

Farina d'avena irlandese (30%), farina di avena integrale (25%), scaglie di cocco (21%), datteri in polvere, semi di chia (Salvia hispanica), spirulina in polvere (1%). Può contenere tracce di uovo, arachidi, frutta a guscio e lupini.

## VALORI NUTRIZIONALI

	per 100g	per 50g
Energia	1393 kJ / 330 kcal	697 kJ / 165 kcal
Grassi	4.4 g	2.2 g
di cui acidi grassi saturi	0.7 g	0.4 g
Carboidrati	58 g	29 g
di cui zuccheri	25 g	12 g
Fibre	12 g	6.0 g
Proteine	9.2 g	4.6 g
Sale	0.04 g	0.02 g

## GUSTI (2)

- Lampone e Açai
- Spirulina e Cocco

## DESCRIZIONE

- ✓ Ricca di fibre
- ✓ Ingredienti bio e vegetali
- ✓ Naturalmente dolcificato con la frutta

Iniziare la giornata con una importante fonte di nutrienti può significare solo una cosa: il tuo corpo ti ringrazierà! Con queste 2 deliziose varietà di Breakfast Bowl, facili da preparare, la tua colazione non sarà mai più la stessa! Promesso.



### Ricco di fibre

Sii sazio più a lungo senza sentirti pesante



### Pronto in 3 minuti

Senza cottura, senza microonde



### Superfoods

Acai, spirulina



### Aromi naturali

Per un consumo sostenibile e genuino

## HIGH-QUALITY INGREDIENTS

Usiamo sempre ingredienti di prima qualità e ricchi di sostanze nutritive. Le nostre nuove Breakfast Bowl ad alto contenuto di fibre non solo spopoleranno sul tuo feed di Instagram, ma ti faranno iniziare la giornata con il piede giusto.

## INIZIA LA GIORNATA CON LA GIUSTA ENERGIA

Tutti gli ingredienti e i superfood sono processati in modo davvero pratico, così da non perdere tempo a preparare e tagliare la frutta.

## PRONTO IN 3 MINUTI

Hai i minuti contati? Non preoccuparti. Il nostro Breakfast Bowl è pronto in 3 minuti. Metti semplicemente la polvere in una ciotola, aggiungi dell'acqua e mescola.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Versare 50 g in una ciotola. Aggiungere 100ml di acqua (o di qualsiasi bevanda vegetale). Mescolare fino a ottenere una consistenza cremosa. Aggiungere frutta, frutta secca a guscio o une delle nostre creme spalmabili: Crema proteica, Burro di arachidi, o Just Nuts.

## UTILIZZO

Al mattino a colazione.



# AVENA Istantanea

PER UNA COSTRUZIONE DEI MUSCOLI NATURALE



## INGREDIENTI

100% farina d'avena cbc \*\*

\* Da coltivazione biologica controllata, sistema di controllo CE

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	1600 kj / 380 kcal
Grassi	6,1 g
di cui acidi grassi saturi	1,1 g
Carboidrati	70 g
di cui zuccheri	0,4 g
Fibre	2,4 g
Proteine	10 g
Sale	0 g

## GUSTI

● Neutro

## DESCRIZIONE

- ✓ 100% avena biologica - senza additivi
- ✓ Perfettamente solubile
- ✓ Raggiungere facilmente le calorie desiderate

La crescita muscolare è il tuo obiettivo. La nostra Avena Istantanea ti fornisce le calorie di cui hai bisogno. Ben 380 calorie per porzione, per essere precisi. Senza cottura. Senza coma da cibo. Realizzato con avena biologica al 100%. Senza prodotti chimici e zuccheri aggiunti. Sciogliere semplicemente nel frullato o mescolare nello yogurt. Il bulking non è mai stato così facile.



### Carboidrati complessi

Prezioso fornitore di energia per la costruzione muscolare



### Preparazione veloce

Nei frullati o come spuntino



### Facile solubilità

Polvere ultrafine - per frullati cremosi e ipercalorici



### 100 % Qualità Biologica

Realizzato in Germania

## UN SOLO INGREDIENTE

Farina di avena 100% biologica senza additivi chimici, senza zuccheri aggiunti o aromi. La farina d'avena è nota per la sua ricchezza di proteine vegetali, oligoelementi e minerali essenziali come ferro, fosforo, magnesio, potassio e calcio. Questi ultimi sono essenziali per lo sviluppo della massa muscolare. L'avena è anche ricca di fibre per aiutare la digestione.

## UN AIUTO PER LA COSTRUZIONE MUSCOLARE

Una porzione della nostra avena istantanea biologica ti fornisce 70 g di carboidrati complessi a basso indice glicemico. Inoltre, contiene anche ben 10 g di proteine per porzione e quindi integra l'apporto proteico dei tuoi muscoli. Dopo l'esercizio, i carboidrati favoriscono il rilascio di insulina. Poiché l'insulina ha un effetto anabolico, la nostra Avena Istantanea Bio in combinazione con le proteine del siero del latte è il supporto ideale per un rapido sviluppo muscolare subito dopo l'allenamento. Oltre al giusto allenamento, è essenziale per la costruzione muscolare di successo che tu conosca il tuo fabbisogno calorico insieme all'apporto di 300-500 kcal in più al giorno rispetto a quanto consumi. Il corpo utilizza questo eccesso per aumentare la massa o, se allenato correttamente, per aumentare la massa muscolare.

## FACILE DA USARE

Le nostra Avena Istantanea si caratterizza per la perfetta solubilità in tutti i liquidi. L'avena istantanea unita alla proteina del siero del latte è particolarmente gustosa. Puoi anche scioglierla in succo, yogurt, muesli o porridge o utilizzarla per la preparazione frittelle ipercaloriche da cucinare.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Mescola la tua avena istantanea con yogurt, quark, frullati o persino pancake per una colazione o uno spuntino ideale. Nel frullato proteico, l'avena istantanea è il complemento perfetto per le proteine del siero del latte. Per fare questo, sciogliere 100 g (circa 10 cucchiaini) di avena istantanea e 30 g di proteine Whey in un liquido.

## UTILIZZO

Al mattino a colazione, dopo l'allenamento o come spuntino.





# IMPASTI & PREPARATI

Non è sempre facile cucinare piatti sani ed allo stesso tempo gustosi. Il gusto è importante tanto quanto i valori nutrizionali che si trovano negli alimenti. In foodspring, siamo riusciti a sviluppare prodotti per il fitness tanto gustosi quanto sani.

# IMPASTI & PREPARATI



**BROWNIE PROTEICO**



**PANCAKE**



**PANE PROTEICO**



**BURRO D'ARACHIDI**



**OLIO DI COCCO**



**CREMA PROTEICA**



**PASTA PROTEICA**



**PIZZA PROTEICA**

# BROWNIE PROTEICO

100% CIOCCOLATO, 0% SENSO DI COLPA.



## INGREDIENTI

Isolato di proteine del siero del latte, xilitolo, cioccolato fondente (massa di cacao, edulcorante (xilitolo), burro di cacao, emulsionante (lecitina di girasole), aroma naturale), farina d'avena, inulina, farina di cocco, farina di mandorle, cacao crudo in polvere fortemente regolatore di potassio carbonato).

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g Fertigmischung

Energia	1709 kj / 408 kcal
Grassi	13 g
di cui acidi grassi saturi	6,0 g
Carboidrati	35 g
di cui zuccheri	5,1 g
Fibre	14 g
Proteine	31 g
Sale	0,02 g

## GUSTI

- Cioccolato

## DESCRIZIONE

- ✓ 5 volte di proteico rispetto alle miscele da forno convenzionali
- ✓ Basta aggiungere un po' di latte - formina inclusa
- ✓ Senza zuccheri aggiunti e aromi artificiali

Il nostro brownie proteico è ben 5 volte più proteico di un brownie standard. In più meno carboidrati poiché senza zuccheri aggiunti. Ancora irresistibilmente dolce con vero cacao. Con la teglia da forno inclusa, i brownie proteici sono garantiti per un risultato perfetto.



### Succoso, cioccolatoso, delizioso

Senza aromi artificiali



### Ricco di proteine

5 volte più proteico rispetto ad altri preparati per dolci



### Meno carboidrati

Senza zuccheri aggiunti



### Teglia da forno inclusa

Basta mescolare con il latte



### Proteine del siero del latte da mucche al pascolo

Alimentazione 100% naturale, puramente vegetale

## PAUSA GOURMET SENZA SENSI DI COLPA

Il nostro brownie è a basso contenuto di zuccheri, quindi i buongustai possono godersi una pausa dolce senza sensi di colpa. Usiamo il miglior cioccolato fondente, avena, cocco e farina di mandorle come fonte di carboidrati. In modo che il tuo cioccolato sia soddisfatto, ma senza esagerare con i carboidrati.

## NON DIMENTICARE LE PROTEINE

Non dimentichiamo mai le proteine! Ogni porzione di brownie contiene 17 grammi di proteine. Usiamo proteine del siero del latte da mucche al pascolo e proteine delle uova da polli ruspanti per una migliore qualità proteica.

## FACILE DA PREPARARE

Non devi essere un grande pasticciere per cuocere degli ottimi brownie! foodspring ha reso la preparazione estremamente semplice: mescola semplicemente il mix del brownie con il latte che preferisci. La teglia da forno in cartone è inclusa.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Preriscaldare il forno a 175 ° C. Mescolate il composto da forno con 175 ml di latte a vostra scelta con una frusta. Versare l'impasto nella teglia foodspring. Cuocere in forno per 15-20 minuti. Rimuovere il brownie e tagliare in porzioni.

Servire tiepido o tiepido.

## UTILIZZO

Come spuntino tra i pasti.



PROTEIN BROWNIE

BACEMISCHUNG

250g

# PANCAKE PROTEICO

NESSUNA COLAZIONE È PIÙ PROTEICA!



## GUSTI

● Neutro ● Vegano

## DESCRIZIONE

- ✓ 6 volte più proteico dei normali pancake
- ✓ Preparazione facile e veloce
- ✓ Senza zuccheri aggiunti e aromi artificiali

Una gustosa colazione con 6 volte più proteica rispetto ai tradizionali preparati per dolci e fino a 4 volte in meno di carboidrati. Invece di zucchero aggiunto e aromi artificiali, i nostri pancake contengono solo proteine del siero del latte di mucche al pascolo.

## INGREDIENTI

Proteine del siero del latte concentrate (46%), farina di farro, proteine del latte (15%), uova intere in polvere, albume in polvere, agenti lievitanti (difosfato disodico, carbonato di sodio), amido di mais, sale da cucina, emulsionante (lecitina di girasole).

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	1598 kJ / 378 kcal
Grassi	6,5 g
di cui acidi grassi saturi	3,1 g
Carboidrati	18 g
di cui zuccheri	2,9 g
Proteine	62 g
Sale	2,1 g



### Soffice, delizioso, fresco

Pronto in meno di 5 minuti



### Ricco di proteine

6 volte più proteico rispetto alle comuni miscele da forno



### Mescolare solo con acqua

Semplicemente in una ciotola o in uno shaker



### Proteine del siero del latte da mucche al pascolo

Alimentazione 100% naturale, puramente vegetale



### Senza zuccheri aggiunti

Gustate il salato o il dolce

## 6 VOLTE PIÙ PROTEICO RISPETTO AI NORMALI PANCAKE

Ideale per una colazione o uno spuntino ad alto contenuto proteico. Laddove altri preparati hanno come base la farina bianca e lo zucchero, i nostri pancake vengono prodotti con farina di farro e il 62% di proteine (50 g per porzione). Vale a dire dal siero del latte e dalle proteine del latte di mucche al pascolo con l'aggiunta delle proteine dell'uovo delle galline ruspanti.

### SALATO O DOLCE

Pancake dolci o salati: la ridotta dolcezza dei pancake permette di gustarle, ad esempio, con cioccolato o salmone affumicato. Questi pancake possono quindi essere serviti a colazione o come spuntino.

### FONTE DI CARBOIDRATI DI ALTA QUALITÀ

Abbiamo scelto la farina di farro, che è ricca di fibre, calcio, magnesio, fosforo e zinco e funge da preziosa fonte di carboidrati. Inoltre, le proteine del farro sono facilmente digeribili, il che rende i nostri pancake ancora più digeribili.

### DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Per circa 4 pancake, mettere 80 g del preparato (8 cucchiaini) in una ciotola o in uno shaker e aggiungere 150 ml di acqua fredda. Mescolate bene fino ad ottenere un impasto liscio. Versare, porzione per porzione, in una padella ben calda e unta d'olio. Non appena i pancake saranno dorati su entrambi i lati, aggiungi il tuo condimento preferito mentre sono ancora caldi.

### UTILIZZO

Al mattino o come spuntino.



# PANE PROTEICO

IL PANE PROTEICO PIÙ DELIZIOSO



## INGREDIENTI (PANE PROTEICO)

Semi di lino (16%), proteine da uova di galline allevate a terra, proteine del siero del latte isolate (contiene emulsionante lectina di girasole), bucce di psillio, farina di mandorle disoleate, semi di girasole (7%), semi di zucca (7%), latte isolato proteico, semi di sesamo, polvere di grano saraceno (3%), polvere di tartaro, pectina di mele (carbonato acido di sodio, acidificante: tartaro, amido di mais) sale marino.

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	1593 kj / 382 kcal
Grassi	15 g
di cui acidi grassi saturi	2,1 g
Carboidrati	7,8 g
di cui zuccheri	2,7 g
Fibre	20 g
Proteine	44 g
Sale	1,40 g

## GUSTI

● Neutro ● Neutro Vegano



## DESCRIZIONE

Scopri il tuo nuovo pane preferito. Croccante all'esterno. Soffice all'interno. Pieno di semi squisiti e superfood. Gustoso come dal tanto quanto quello del panificio dietro l'angolo. Il nostro pane proteico rivoluzionerà la tua colazione, la tua cena e la tua pausa pranzo.



### Deliziosamente croccante

Come appena sfornato dal fornaio



### 100% senza glutine

Adatto per una dieta senza glutine



### 90 g proteine

Più proteine, meno carboidrati



### Senza altri ingredienti

Basta mescolare con acqua



### Spinta Nutrizionale

Semi selezionati al posto della farina bianca

## PIÙ PROTEINE E FIBRA DI QUALITÀ SUPERIORE

Non importa se preferisci il nostro pane proteico vegano o vegetariano: entrambi ti forniscono 11 g di proteine e solo 2 g di carboidrati per 2 fette croccanti. La fonte proteica del classico pane proteico è a base di proteine del latte di puro latte di mucche al pascolo e di proteine dell'uovo di galline allevate a terra. Con il pane proteico vegano ci affidiamo a un mix proteico che ha tutto ciò di cui hai bisogno: le proteine di alta qualità dei semi di zucca e dei semi di girasole incontrano le proteine naturali della farina di mandorle. La fibra contenuta grazie ai semi e alle mandorle, in combinazione con l'alto contenuto proteico del nostro pane, assicurano un senso di sazietà duraturo.

## PIENO DI GRASSI SANI

Semi di lino, semi di zucca, semi di girasole, semi di sesamo... quanto basta per iniziare la giornata con grassi sani al mattino! L'enzima coinvolto nella digestione di alcuni grassi, la „lipasi“, consente la conversione dei grassi in preziosa energia.

## FACILE DA PREPARARE

Basta aggiungere acqua al preparato, lasciarlo riposare per mezz'ora e metterlo in forno. Facile e veloce!

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Impastare il preparato per il pane con 230 ml di acqua fino ad ottenere un impasto omogeneo. Lasciare riposare l'impasto per 30 minuti. Impastare di nuovo. Mettere l'impasto su una teglia o in una teglia unta d'olio. Infornare sulla griglia centrale del forno a 175°C per circa 40-50 minuti.

## UTILIZZO

Colazione o spuntino. Controllare con un coltello se il pane è ben cotto: infilzare il coltello verticalmente nella parte più spessa della pagnotta. Il pane è pronto se l'impasto non si attacca al coltello quando lo estrai. Con un composto da forno (230 g) si ottengono circa 360 g di pane.



# BURRO D'ARACHIDI

UNO SNACK GUSTOSO E RICCO DI PROTEINE



## GUSTI

- Neutro

## DESCRIZIONE

- ✓ Ideale come crema spalmabile o nei frullati
- ✓ Ricco di vitamine e minerali essenziali
- ✓ Fornisce preziosi acidi grassi polinsaturi

Spuntino, spalmabile, topping o salsa. Dolce o salato: il burro di arachidi è il tuttotfare ricco di proteine nella tua cucina. Che si tratti di proteine per la costruzione muscolare o di fibre durante una dieta, i preziosi nutrienti supportano le tue prestazioni nello sport e nella vita di tutti i giorni. Quindi è un must-have.

## INGREDIENTI

100% arachidi da agricoltura biologica.

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	2470 kj / 596 kcal
Grassi	46 g
di cui acidi grassi saturi	8,2 g
Carboidrati	11,6 g
di cui zuccheri	5,9 g
Fibre	8,5 g
Proteine	29,6 g
Sale	0 g



### 100% qualità biologica

Ingredienti di alta qualità da agricoltura biologica



### Da agricoltura biologica sostenibile

350 arachidi bio intere per vasetto



### Senza additivi artificiali

Lavorazione naturale senza coloranti, aromi o conservanti.

## 100% NATURALE

Il nostro burro di arachidi è composto da 350 arachidi biologiche per barattolo buccia compresa, che contiene molte vitamine e minerali. Inoltre, non utilizziamo ingegneria genetica o additivi artificiali. Non contiene olio di palma, sale o zucchero: il nostro burro di arachidi è un prodotto puramente naturale.

## EFFETTI DEL BURRO DI ARACHIDI BIOLOGICO

Il nostro burro di arachidi biologico è un vero concentrato di energia: è composto da quasi il 25% di proteine e fornisce quindi al corpo un gran numero di aminoacidi per la costruzione e la riparazione dei muscoli. Inoltre, il burro di arachidi è ricco di vitamine e minerali come ferro, fosforo, magnesio, calcio, vitamina B3 e vitamina E.

## GODITI LA VERSATILITÀ

Il burro di arachidi è ideale come crema spalmabile, per frullati ricchi di sostanze nutritive o per guarnire pancake o muesli. Il burro di arachidi può anche aiutare a superare il fabbisogno calorico per aumentare la massa muscolare.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Per un piacere cremoso, aggiungi 1-2 cucchiai di burro di arachidi al muesli, al porridge proteico o a un frullato proteico dopo l'allenamento.

## UTILIZZO

Al mattino, alla sera o come spuntino.



# OLIO DI COCCO

## TALENTO A TUTTO TONDO PER CUCINA E CORPO



### INGREDIENTI

100% olio di cocco non raffinato / grasso di cocco cbc \*

\*da agricoltura biologica controllata

### VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	3683 kj / 896 kcal
Grassi	99 g
di cui acidi grassi saturi	93 g
Carboidrati	0,1 g
di cui zuccheri	0,1 g
Fibre	0,1 g
Proteine	0,1 g
Sale	0,025 g

### GUSTI

- Neutro

### DESCRIZIONE

- ✓ Ideale per pasti freddi e caldi
- ✓ Ricco di acidi grassi laurici e trigliceridi a catena media
- ✓ Resistente al calore con punto di fumo superiore a 200°C

Porta a casa tua la cucina dell'alta gastronomia. Che si tratti di piatti freddi o caldi, il nostro esotico tuttodore supererà il tuo olio d'oliva. L'acido laurico garantisce stabilità al calore in modo che non si formino grassi trans dannosi anche a temperature elevate. Gli acidi grassi a media catena ti danno energia istantanea invece di renderti pigro. Buono a sapersi: il nostro olio di cocco biologico vergine è anche un vero tuttodore nella cura della pelle e dei capelli.



#### Dal commercio equo

Noci di cocco raccolte a mano dalle Filippine



#### Acidi grassi sani

Alto contenuto di preziosa laurina e acidi grassi a media catena



#### Qualità vegana e crudista

Lavorazione minima e 100% vegano



#### Senza additivi artificiali

Non raffinato, indurito o deodorato



#### 100% qualità biologica

Da agricoltura biologica controllata

## LA PIÙ ALTA QUALITÀ

Le noci di cocco per il nostro olio vengono raccolte esclusivamente a mano da piccoli agricoltori nelle Filippine. Le noci di cocco vengono raccolte a mano quando sono mature e poi lavorate direttamente per la massima freschezza. L'olio di cocco vergine è spremuto a freddo, non raffinato, indurito o deodorato. È quindi di ottima qualità biologica e ha un alto contenuto di acido laurico, che supporta il tuo sistema immunitario.

## IDEALE PER UNA DIETA SANA

L'olio di cocco biologico è adatto a tutti coloro che apprezzano una dieta equilibrata e sana. È costituito da acidi grassi a media catena (MCT). Gli MCT vengono assorbiti dal fegato, digeriti alla velocità della luce e convertiti in chetoni. Questi composti chimici forniscono energia al cervello il più rapidamente possibile e mantengono costante il livello di zucchero nel sangue. Inoltre, l'appetito diminuisce e aumenta la sensazione di sazietà e viene promossa la perdita di grasso. Come parte della perdita di peso, sostituisci semplicemente i grassi come burro e olio d'oliva con olio di cocco biologico spremuto a freddo.

## PER FOODSPRING IL COMMERCIO EQUO È IMPORTANTE

Per noi il commercio equo è un aspetto fondamentale. Per questo collaboriamo con partner accuratamente selezionati. I nostri agricoltori locali lavorano secondo le più rigorose linee guida ecologiche, prestano attenzione a un metodo di produzione particolarmente attento e garantiscono così un uso responsabile delle risorse naturali.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

L'olio di cocco può essere usato con molta parsimonia, basta 1 cucchiaino o la punta di un coltello. L'olio di cocco inizia a sciogliersi intorno ai 28°C e può essere conservato a temperatura ambiente per cuocere e friggere. Il riscaldamento sopra i 200°C può influire negativamente sulla qualità dell'olio e va quindi evitato.



# CREMA PROTEICA

PIÙ GUSTO, PIÙ PROTEINE, MENO ZUCCHERO.



## INGREDIENTI

Dolcificante (maltitolo), proteine del siero del latte concentrate (22%), olio di semi di girasole, nocciole (13%), siero del latte in polvere, cacao magro in polvere, burro di cacao, olio di cocco, emulsionante (lecitina di girasole), aroma naturale di vaniglia.

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	2154 kj / 519 kcal
Grassi	37 g
di cui acidi grassi saturi	8,4 g
Carboidrati	33 g
di cui zuccheri	7,4 g
davon Polyalkohole	24 g
Proteine	21 g
Sale	0,20 g

## GUSTI (4+1)

- Cocco
- Duo
- Nocciola Vegana
- Nocciola
- Caramello Salato

## DESCRIZIONE

- ✓ 4 volte più ricco di proteine rispetto alle creme convenzionali
- ✓ 40-45% in meno di carboidrati
- ✓ Niente olio di palma, materie prime certificate

Le nostre creme spalmabili ti offrono una pausa gustosa, ricca di proteine e senza zuccheri aggiunti. Ogni gusto è disponibile nella nostra confezione da 6.



### 85% di zucchero in meno

Senza zuccheri aggiunti



### 3 volte più ricco di proteine rispetto alle creme convenzionali

Per i muscoli



### Senza olio di palma

Solo ingredienti veri e di prima qualità



### Vero gusto da vere materie prime

Fave di cacao forte, nocciole finemente tostate

## GARANTITO SENZA OLIO DI PALMA

L'olio di palma è noto per aver contribuito alla deforestazione della foresta pluviale e quindi a distruggere l'habitat di molte specie animali. Abbiamo quindi scelto questi ingredienti: olio di girasole, ricchissimo di vitamina E e omega 6, burro di cacao per il suo effetto antiossidante e olio di cocco per la fonte ideale di lipidi per la perdita di peso.

## PIÙ PROTEINE E MENO ZUCCHERO

21 g di proteine per 100 g o 3 g per cucchiaino. La proteina proviene dalle nostre proteine del siero del latte di alta qualità. La normale crema alla nocciola è solitamente composta per metà da zucchero. La nostra Crema Proteica non contiene zucchero semolato, perché utilizziamo il maltitolo. Il dolcificante è dolce come lo zucchero per il 75-80%, ma contiene solo una frazione delle calorie.

## IDEALE ANCHE SE A DIETA

Per perdere peso, devi mangiare meno calorie di quelle che bruci. La nostra Crema Proteica contiene proteine del siero del latte, grassi buoni, cacao e nocciole. Sono caloriche, ma la ripartizione dei nutrienti è molto migliore rispetto alla crema alla nocciola convenzionale: meno calorie dallo zucchero, più calorie da proteine e grassi saturi. Semplicemente perché il tuo corpo può utilizzare queste calorie in modo più sostenibile.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

La nostra Crema Proteica si gusta al meglio a temperatura ambiente, quindi può essere spalmata sul pane. Inoltre si scioglie uniformemente sui pancake ma è anche possibile gustarla direttamente dal cucchiaino.

## CONSIGLI PER L'USO

Colazione e spuntini.



# PIZZA PROTEICA

COME LA PIZZA FATTA IN CASA



## DESCRIZIONE

- ✓ Senza farina bianca, solo proteine altamente vegetali
- ✓ Basta aggiungere acqua e amalgamare l'impasto
- ✓ Senza glutine, senza soia e vegano

L'autentica pizza italiana ha un sapore anche senza farina bianca. Il nostro impasto ha anche i valori nutrizionali perfetti: 74% in meno di carboidrati, 6 volte più proteica (puramente vegetali, ovviamente) e 10 volte in più di fibre. Un mix pronto all'uso che ti trasformerà in un pizzaiolo in pochi minuti.

## INGREDIENTI

Farina di semi di lino, farina di piselli, fibra di bambù, farina di semi di girasole, inulina, farina di lenticchie, proteine di piselli, farina di buccia di psillio, farina di semi di zucca, sale.

## VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	1283 kj / 308 kcal
Grassi	5,5 g
di cui acidi grassi saturi	0,7 g
Carboidrati	20 g
di cui zuccheri	2,3 g
Fibre	35 g
Proteine	27 g
Sale	1,6 g



### Fino a 5 pizze

Con una confezione di Pizza Proteica



### 74% di carboidrati in meno

Deliziosa e al tempo stesso autentica



### 6 volte più proteica, 10 volte più fibre

Tutto il meglio per i tuoi muscoli



### Senza glutine, vegana e senza soia

Puro piacere anche per chi soffre di allergie



### Senza farina bianca

Pura proteina vegetale premium

## MENO CARBOIDRATI, MIGLIORE QUALITÀ

Di solito, le pizze sono piene di carboidrati. La nostra pizza contiene solo 20 g di carboidrati per 100 g di preparato, di cui solo 2,3 g di zuccheri. I carboidrati sono accuratamente selezionati e provengono da farina di semi di lino, piselli, girasole, lenticchie, buccia di psillio e semi di zucca. La farina di semi di lino e di girasole è ricca di acidi grassi polinsaturi e aiuta ad abbassare il colesterolo. La farina di piselli è naturalmente ricca di proteine e BCAA, oltre a tutti e 9 gli amminoacidi essenziali. Mentre la farina di lenticchie è ricca di proteine e ferro, la farina di psillio è ricca di fibre e aiuta anche a favorire la digestione.

## 100 % VEGANA

Sì! La maggior parte delle pizze proteiche non sono vegane. Abbiamo pensato che fosse davvero ingiusto! Ecco perché la nostra pizza proteica non contiene uova o latticini. La nostra pizza proteica non contiene altro che proteine vegetali di alta qualità.

## LA PORZIONE PERFETTA PER LE TUE ESIGENZE

Una confezione può essere utilizzata per preparare 5 pizze proteiche. Una pizza è sufficiente per una persona, ma ovviamente una pizza più grande può essere cotta per più persone.

## DOSAGGIO E PREPARAZIONE

Preriscaldare il forno a 200°C (calore superiore e inferiore) o 180°C (ventilato). Per una pizza, mescolare 100 g di preparato con 100 ml di acqua tiepida e impastare bene. Il piano di lavoro viene quindi cosparso di farina e si stende l'impasto con un diametro di circa 26 cm. Adagiate l'impasto della pizza su una teglia foderata con carta da forno e fate cuocere per 15-20 minuti. Sfnornare la pizza, aggiungere i pomodori e il condimento, quindi cuocere la pizza in forno per altri 10 minuti. Sfnornare la pizza e lasciarla brevemente raffreddare. Buon appetito!



# PASTA PROTEICA

## PASTA DELIZIOSA CON MENO CARBOIDRATI



### INGREDIENTI

Concentrato proteico di pisello, glutine di frumento, farina di frumento.

### VALORI NUTRIZIONALI per 100 g

Energia	1480 kj / 350 kcal
Grassi	3,8 g
di cui acidi grassi saturi	0,8 g
Carboidrati	25 g
di cui zuccheri	1,5 g
Fibre	10 g
Proteine	50 g
Sale	0,04 g

### DESCRIZIONE

- ✓ 66% di carboidrati in meno rispetto alla pasta tradizionale
- ✓ Concentrato di proteine di piselli premium
- ✓ Vegana e senza soia

La nostra pasta è a basso contenuto di carboidrati. E ha anche un ottimo sapore! La nostra pasta proteica ha il 66% in meno di carboidrati ed è 4 volte più proteica rispetto ai normali noodles. Sono meno carboidrati rispetto alla quinoa e più proteine del buon vecchio filetto di pollo. Basta cuocere, scolare e gustarla con il tuo condimento preferita. Addio carboidrati. Addio pasta fino allo sfinimento!



#### 66% di carboidrati in meno

Ma deliziosa come la pasta tradizionale



#### 4 volte più proteica

Per pasti gustosi e adatti al fitness



#### Concentrato di proteine di piselli premium

Ricco di aminoacidi essenziali



#### Vegana e senza soia

Solo a base di proteine vegetali di alta qualità

## 4 VOLTE PIÙ PROTEICA RISPETTO ALLA PASTA TRADIZIONALE

Per garantire un prodotto 100% vegano utilizziamo le proteine dei piselli. Questa proteina vegetale è ricca di aminoacidi a catena ramificata, BCAA e lisina, un aminoacido importante per la costruzione del tessuto connettivo. La proteina del pisello contiene anche arginina, che svolge un ruolo chiave nella crescita muscolare, promuove la sintesi proteica e aumenta il flusso sanguigno ai muscoli.

## PIÙ SODDISFATTI GRAZIE AL BASSO INDICE GLICEMICO

Gli alimenti a basso indice glicemico richiedono più tempo per essere digeriti. Ciò contribuisce a mantenere bassi i livelli di zucchero nel sangue e ti farà sentire sazio più a lungo. Poiché la proteina dei piselli è un concentrato di proteine, non aumenta i livelli di zucchero nel sangue come altri alimenti ricchi di carboidrati, quindi ti aiuta a mantenere l'energia più a lungo.

## 100 % VEGANA

La Pasta Proteica contiene proteine del pisello concentrate, la proteina pura del pisello, per così dire. Per fare questo, filtriamo tutti i carboidrati. Tutto ciò che rimane sono proteine super ricche di nutrienti. Per una deliziosa pasta proteica, ricca di aminoacidi essenziali. Completamente vegana e senza soia.

### PREPARAZIONE

Far bollire l'acqua ed aggiungere il sale (1 litro d'acqua per 100 g di pasta). Non appena l'acqua bolle, aggiungere la pasta. Dopo 7 minuti, assaggia la pasta. Cottura perfetta? Tirate fuori la pasta e gustatela con il vostro condimento preferito. Buon appetito!



