

Aardbeiengerecht

Eiwitrijke poedermix
met zoetstoffen, glutenvrij



Verskillende bereidingswijzen :

- ❖ Pudding
- ❖ Milkshake
- ❖ Mousse

Ingrediënten: Melkeiwitten (zonnebloemlecithine); verdikkingsmiddelen: natriumcarboxymethylcellulose, microkristallijne cellulose, gemodificeerde cellulose; bereiding van plantaardige oliën (RSPO-gecertificeerde geraffineerde palmolie, glucosestroop, **melkeiwit**, antiklontermiddel: siliciumdioxide); zuurteregelaars: citroenzuur, appelzuur; stabilisator: kaliumfosfaat; zout; aroma's (**melk**); zuurteregelaars: magnesiumoxide, kaliumcitraat, calciumcarbonaat; kleuren: rode bieten rood, curcumine; zoetstoffen: aspartaam (bevat een bron van fenylalanine), kalium-acesulfaam; aardbeienpoeder (0,42%); methionine.
Vervaardigd op apparatuur waarop ook soja en eieren worden verwerkt.

Bereidingswijze:

1. De inhoud van het zakje/ 3 maatlepels in een kom doen.
2. Pudding : langzaam 115 ml koud water toevoegen onder voortdurend roeren met een klopper of vork tot alles goed is opgelost. Gedurende 15 tot 30 minuten in de koelkast plaatsen om de mengeling voldoende vast te laten worden.
Mousse : de bereidingswijze voor een pudding herhalen, vervolgens het wit van een ei toevoegen en stevig kloppen. Enkele minuten in de koelkast plaatsen.
Milk-shake : de shaker vullen met de inhoud van een zakje 220 ml koud water toevoegen en shaken.
3. Kort nadien nuttigen.

lignavita[®]
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com

		100g	Per portie (26g)
Energetische waarde	kJ	1561	408
	kcal	370	97
Voedingswaarden			
Vetten	(g)	6,8	1,8
waarvan verzadigd	(g)	3,8	1,0

Koolhydraten	(g)	5,7	1,5
waarvan suikers	(g)	2,4	0,6
zetmeel	(g)	3,3	0,9
Voedingsvezels	(g)	4,5	1,2
Eiwitten	(g)	69,2	18
Zout	(g)	2,00	0,52
Calcium	(mg)	825	215



Entremet fraises

Préparation en poudre, riche en protéines
avec édulcorants , sans gluten

Préparations différentes:

- ❖ Pudding
- ❖ Milkshake
- ❖ Mousse

Ingédients: Protéines de **lait** (lécithine de tournesol) ; épaississants : carboxyméthylcellulose de sodium, cellulose microcristalline, cellulose modifiée ; préparation d'huiles végétales (huile de palme raffinée certifiée RSPO, sirop de glucose, protéine de **lait**, antiagglomérant : dioxyde de silicium) ; acidifiants : acide citrique, acide malique ; stabilisant : phosphate de potassium ; sel ; arômes (**lait**) ; correcteurs d'acidité : oxyde de magnésium, citrate de potassium, carbonate de calcium ; colorants : rouge de betterave, curcumine ; édulcorants : aspartame (contient une source de phénylalanine), acésulfame de potassium ; poudre de fraise (0,42%) ; méthionine.

Fabriqué sur des équipements où sont également utilisés soja et oeufs.

Mode préparatoire:

1. Vider le contenu du sachet/ 3 dosettes dans un bol.
2. Pudding : verser lentement 115 ml d'eau froide tout en mélangeant avec un fouet ou une fourchette jusqu'à parfaite dissolution. Placer au réfrigérateur pendant 15 à 30 minutes pour obtenir une consistance ferme.
Mousse : même préparation que pour un pudding mais incorporer un blanc d'oeuf et battre le mélange fermement au fouet. Réfrigérer quelques minutes
Milk-shake : vider le contenu d'un sachet dans un shaker. Rajouter 220 ml d'eau froide et mélanger.
3. Consommer dans un bref délai..

lignavita®
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com

		100g	Par portion (26g)
Valeurs énergétiques			
	kJ	1561	408
	kcal	370	97
Valeurs nutritionnelles			
Matières grasses	(g)	6,8	1,8
dont acides gras saturés	(g)	3,8	1,0

Glucides	(g)	5,7	1,5
dont sucres	(g)	2,4	0,6
amidon	(g)	6,23,3	0,9
Fibres alimentaires	(g)	4,5	1,2
Protéines	(g)	69,2	18
Sel	(g)	2,00	0,52
Calcium	(mg)	825	215