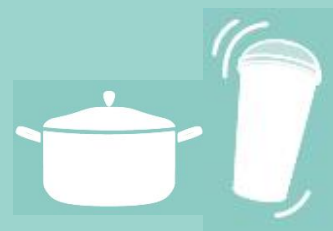




Tomatensoep

Hartig en boordevol proteïnen

Arm een calorieën, koolhydraten en vetten



Ingrediënten: Eiwitten mix (**melkeiwit, soja-eiwit**); tomaat poeder (14,1%); verdikkingsmiddelen: gewijzigde tapioca ; zetmeel, guargom, xanthaangom, natriumalginaat, gemodificeerde cellulose; gedroogde wortelen; zout; kleurstof: rode bieten poeder, beta-caroteen; uienpoeder; preipoeder; aroma's; Citroensap in poeder; groene ui; aardappelpoeder; gedroogde peterselie; antiklontermiddel : siliciumdioxide; gist extract; knoflook poeder; **selderij**extract; peper; smaakversterkers: natriuminosinaat en natriumguanylate

Gefabriceerd op machines waarop ook worden verwerkt: melk, soja en selderij.

Bereidingswijze:

1. Doe de inhoud in de shaker.
2. 200 ml koud water toevoegen en krachtig shaken.
3. De mengeling zonder deksel in de magnetron op maximaal vermogen gedurende 1 minuut opwarmen.
4. Opdiene in een soepkommetje, bij kruiden naar smaak.

		100g	Per portie (33g)
Energetische waarde	kJ	1452	479
	kcal	343	113
Voedingswaarden			
Vetten	(g)	1,0	0,33
waarvan verzadigd	(g)	0,24	0,08
Koolhydraten	(g)	25,8	8,5
suikers	(g)	13,0	4,3
zetmeel	(g)	12,8	4,2
Vezels	(g)	6,0	2,0
Eiwitten	(g)	54,6	18,0
Zout	(g)	3,77	1,25

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

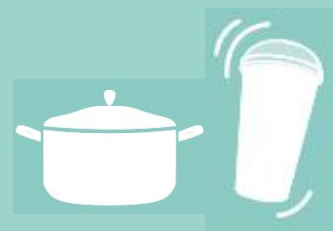
www.lignavita.com



Velouté aux tomates

Savoureux et plain de protéines

Hypocalorique, appauvri en glucides



Ingrédients: Mélange protéique (protéines **laitières**, protéines de **soja**), tomate en poudre (14,1 %), amidon de tapioca modifié, gomme de guar, gomme de xanthane, alginate de sodium, cellulose modifiée, carottes déshydratées, sel, colorants : rouge de betterave et bêta carotène, oignon en poudre, poireau en poudre, arômes, jus de citron en poudre, oignons verts, poudre de pomme de terre, persil déshydraté, anti-agglomérant: dioxyde de silicium, extrait de levure, ail en poudre, extrait de **céleri**, poivre, exhausteurs de goût: inosinate et guanylate disodique.

Fabriqué sur des équipements où sont également utilisés : lait, soja et céleri..

Mode préparatoire:

1. Vider le contenu du sachet dans un shaker.
2. Rajouter 200 ml d'eau froide et bien secouer jusqu'à parfaite dissolution.
3. Faire chauffer le mélange sans couvercle au four à micro-ondes pendant 1 minute à puissance maximum.
4. Servir dans un bol, saler et poivrer à votre convenance et consommer dans un bref délai

		100g	Par portion (33g)
Valeurs énergétiques	KJ	1452	479
	kcal	343	113
Valeurs nutritionnelles			
Matières grasses	(g)	1,0	0,33
	saturés (g)	0,24	0,08
Glucides	(g)	25,8	8,5
	sucres (g)	13,0	4,3
	amidon	12,8	4,2
Fibres	(g)	6,0	2,0
Protéines	(g)	54,6	18,0
Sel	(g)	3,77	1,25

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

www.lignavita.com