



Verkrijgbaar

in 3 soorten:

- ✓ Lite Noodles
- ✓ Lite Penne
- ✓ Lite Rice

LITE SELECTION PASTA

Perfect te combineren bij elk dieet in alle fases...

Gemaakt van een natuurlijke, oplosbare plantaardige vezel genaamd Konjac, die reeds vele jaren in Azië zijn gezondheidsvoordeel heeft bewezen en een geweldig alternatief is voor onze zo geliefde pasta.

- ✓ Een perfect alternatief voor als u glutenintolerant bent.
- ✓ Vet-, suiker- en caloriearm om uw energie-inname te beperken en zo je gewichtsverlies te ondersteunen.
- ✓ Slechts 8 kcal per portie.
- ✓ Bron van vezels en geeft je langer een voller gevoel.
- ✓ Verlaagt je cholesterol.

Bereidingswijze

1. Open het zakje en giet de vloeistof uit de verpakking.
2. Doe de pasta in een vergiet en spoel goed onder warm water.
3. Warm op in een open pan voor 2-3 minuten of magnetron gedurende 1 minuut.
4. Voeg de Lite Pasta toe aan uw saus, soep, salade en roerbak en..... geniet!

Ingrediënten: water, Konjac-meel (glucomannaan), calciumhydroxide. Na opening in water bewaren en binnen de 2 dagen consumeren. Bewaren op een koele, droge plaats. Geproduceerd in China.

Voedingswaardentabel	Per 100g
Kj	34
Kcal	8
Eiwitten	<1g
Vetten	<1g
verzadigde	<1g
transvetten	<0,1g
Koolhydraten	<1g
Suiker	<1g
Voedingsvezels	4,1g
Natrium	<5mg
Gluten	Nihil gedetecteerd

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

www.lignavita.com



**Disponible
en 3 types:**

- ✓ Lite Noodles
- ✓ Lite Penne
- ✓ Lite Rice

LITE SELECTION PASTA

Parfait pour combiner avec chaque régime dans toutes les phases...

Issu d'une fibre naturelle, soluble, appelée le Konjac, qui en Asie déjà de nombreuses années s'est avérée avantageux pour la santé et une excellente alternative à nos pâtes

- ✓ Une alternative parfait en cas d'intolérance au gluten
- ✓ Pauvre en graisses, sucres et calories pour limiter l'apport énergétique et ainsi favoriser votre perte de poids
- ✓ Seulement 8 kcal par portion
- ✓ Source de fibres et donne un sentiment saturé plus longtemps
- ✓ Réduit le cholestérol

Mode préparatoire

1. Ouvrir le sachet et verser le liquide
2. Verser les pâtes dans une passoire et bien rincer à l'eau chaude
3. Chauffer dans une casserole ouverte pendant 2-3 minutes ou au four à micro-ondes pendant 1 minute
4. Ajouter les pâtes à votre sauce, soupe, salade ou wok et ... savourez!
Vous pouvez servir les pâtes chaudes ou froides.

Ingrédients: eau, farine de Konjac (glucomannane), hydroxide de calcium. Après ouverture, conserver dans de l'eau et consommer dans les deux jours. Conserver dans un endroit frais et sec. Fabriqué en Chine.

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

www.lignavita.com

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g
Kj	34
Kcal	8
Protéines	<1g
Lipides	<1g
saturées	<1g
gras trans	<0,1g
Glucides	<1g
Sucres	<1g
Fibres alimentaires	4,1g
Sodium	<5mg
Gluten	Nul détecté