Protein Pancake von Body Attack ist aus 35 g hochwertigen Proteinquellen (Molke, Milch, Hühnerei) zusammengesetzt. Geeignet für Personen mit einem erhöhten Proteinbedarf (z.B. Diätbewusste und Sportler). Auch zum Verzehr als Waffel möglich.

Zubereitung: 100 g (5 Messlöffel/ergeben ca. 3-4 Pfannkuchen) mit 150 ml kaltem Wasser mischen und mit einem Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren. Öl in einer Pfanne erhitzen. Anschließend den Teig in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten kurz durchbacken, bis der Teig goldgelb ist.

Zubereitung als Waffel: Für 3-4 Waffeln 100 g Backmischung mit 100 ml kaltem Wasser mischen und mit einem Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren. Für eine Waffel eine kleine Portion Teig in das Waffeleisen geben und von beiden Seiten ca. 2 Minuten goldgelb backen.

Zutaten: **Weizen**mehl, **Molke**neiweiß-Konzentrat (29%), Mager**milch**pulver (5%), **Hühnerei**-Eiweißpulver (4%), Milcheiweiß (2,3%), Aroma, Säuerungsmittel (Milchsäure), Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat), Palmöl-Fettpulver, Backpulver (Säureregulator (Diphosphat), Backtriebmittel (Natriumcarbonat), Trennmittel (Calciumcarbonat), Maisstärke, pflanzliches Öl), Speisesalz, Emulgator (**Soja**-Lecithin), Süßungsmittel (Natriumcyclamat, Sucralose, Saccharin).

Protein Pancake from Body Attack is composed of of 35 g high-quality protein sources (whey, milk, hen egg). Suitable for individuals with high protein requirements (e.g. diet-conscious and athletes). It can also be consumed as waffle.

Preparation: Add 100 g (5 scoops/result in about 3-4 pancakes) to 150 ml cold water and whisk into a smooth batter. Heat oil in a frying pan and pour batter evenly into the pan as required. Then fry on both sides over medium heat until golden yellow.

Making waffles: 100 g for 3-4 waffles with 100 ml cold water and whisk into a smooth batter. To make one waffle pour a small amount of batter into the waffle iron and bake on both sides for about 2 minutes until golden yellow.

Ingredients: **Wheat** flour, **Whey** protein concentrate (29%), skimmed milk powder (5%), **Hen egg white** protein powder (4%), **Milk** protein (2,3%), Flavouring, Acidifier (Lactic acid), Sodium bicarbonate, Oil palm fat powder, Baking powder (Acidity regulator (Diphosphate), Raising agent (Sodium bicarbonate), Separating agent (Calcium carbonate), Corn starch, Vegetable oil), Table salt, Emulsifier (**Soy** lecithin), Sweeteners (Sodium cyclamate, Sucralose, Saccharin).

Body Attack
SPORTS NUTRITION

also for waffles

Protein PANCAKE

vanilla flavour

- 35 g high protein
- high quality whey
- low sugar
- aspartame free
- makes 12 pancakes

daily

300 g

Serviervorschlag/serving suggestion

Nährwertangaben/ Nutrition facts:	pro/per 100 g Pulver/powder
Brennwert/Energy	1522 kJ 363 kcal
Fett/Fat	3,4 g
- davon gesättigte Fettsäuren/ - thereof saturated fatty acids	1,6 g
Kohlenhydrate/Carbohydrates	44,1 g
- davon Zucker - thereof sugar	4,2 g
Eiweiß/Protein	35 g
Ballaststoffe/Dietary fibre	2,3 g
Salz/Salt	1,5 g

Backmischung zur Herstellung von Pfannkuchen oder Waffeln mit Süßungsmitteln. Geschmack: Vanille. Dieses Produkt ist nicht für eine Langzeiternährung bestimmt und sollte nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern. Sachbezeichnung Schweiz: Ergänzungsnahrung.

Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis Ende/Los-Nr.: siehe Boden. Nach dem Öffnen schnell aufbrauchen. Vor direkter Wärme und Lichteinstrahlung schützen.

Baking mix for the preparation of pancakes or waffles with sweeteners. Flavour: Vanilla.This product is not intended for long-term use and should not be substituted for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Keep out of reach of children. Physical description Switzerland: complementary food.

If kept unopened in a cool, dry place, best before end of/Lot No.: see bottom. Once opened, use up quickly. Keep away from direct heat and light.

Inhalt/Content: e 300g

Exklusiv hergestellt für und Vertrieb durch:/
Exclusively manufactured for and distributed by:

Body Attack Sports Nutrition GmbH & Co. KG
Schnackenburgallee 217-223
22525 Hamburg

www.body-attack.com

Hergestellt in Deutschland/
Made in Germany

Offizieller Ernährungspartner des HSV/ Official nutrition supplier of HSV

HSV ERNÄHRUNGS-PARTNER

4 250505 503546

PZN: 10401220