

## Weider – Premium Whey

### Produktbeschreibung:

Whey Protein ist die englische Bezeichnung für Molkenprotein. Es gehört zu den biologisch hochwertigsten und verträglichsten Eiweißen. Weider ist es gelungen ein hochwertiges Eiweißpulver zu entwickeln, welches sehr gut im Geschmack ist und die ernährungsphysiologischen Bedürfnisse deckt.

Die Herstellungsmethode spielt hierbei eine wichtige Rolle, da mikrofiltriertes Eiweiß verwendet wird, welches keiner großen Hitze und keinem Druck ausgesetzt wird. Die Zusammensetzung des Produkts liefert einen hohen Gehalt wichtiger BCAA und Glutamine.



Das Produkt enthält Globuline und Glycomacropeptide, welche als bioaktive Substanzen bezeichnet werden. Ihnen wird, ähnlich wie den Probiotika oder den Omega-3-Fettsäuren, eine gesundheitsfördernde Eigenschaft zugesprochen. Zudem sind Beta- und Alpha-Lactoglobuline enthalten, die den Säure- und Basenhaushalt regeln und als Energielieferanten bezeichnet werden. Immunoglobuline stärken zudem die Abwehrkräfte und Glycomacropeptide kontrollieren den Appetit.

### Produkteigenschaften:

- Molkenproteinisolat (Whey)
- mikrofiltriertes Molkenproteinkonzentrat (Whey)
- natürlich enthaltene bioaktive Nährstoffe wie Globuline und Glycomacropeptide
- freie Glutamine
- Aspartam frei

### Zufuhrempfehlung:

- Das Premium Whey Protein wird vom Körper schnell aufgenommen. Es eignet sich daher besonders gut zum Frühstück und nach dem Training.
- Für einen Shake einfach 30 g Pulver (2 gehäufte Esslöffel) in 300 ml fettarme Milch (1,5 % Fett) einrühren.

### Nährwertangaben:

Nährwertangaben	pro Portion**	% RDA
Brennwert	1069kJ/253kcal	
Eiweiß	34 g	
Kohlenhydrate	15 g	
Fett	6.2 g	
Calcium	486 mg	61
L Glutamine	2000 mg	
Vitamin B6	0.37 mg	37
Magnesium	60 mg	20

\* % RDA = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis

\*\* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)