resource®
whey protein

Hochwertige Proteine

Mehr Stärke Tag für Tag.

Nestlé HealthScience®

Für wen eignet sich Resource® whey protein?

Erwachsene und Senioren, die einen erhöhten Proteinbedarf und/oder eine unzureichende Proteinzufuhr haben.

Mögliche Ursachen:

- ➜ Erhöhte körperliche Aktivität
- ➜ Altersbedingter Muskelabbau *(Sarkopenie)*
- ➜ Appetitlosigkeit
- ➜ Krebserkrankung
- ➜ Chronische Krankheit
- ➜ Wunden
- ➜ Erhöhtes Sturzrisiko

resource® whey protein
ist ein hochwertiges Molkenproteinpulver das zur Erhaltung und/oder Stärkung der Muskelmasse beiträgt.

ZUR PROTEINANREICHERUNG VON SPEISEN UND GETRÄNKEN

Was sind die Vorteile von Resource® whey protein?

➜ **Eine natürliche hochwertige Proteinquelle:**

- **88% Molkenproteinisolat** pro 100 g Pulver; Molke ist ein wirksamer und effizienter Baustoff für die Muskeln
- **Reich an essentiellen Aminosäuren wie Leucin** (11,5 g / 100 g Protein): trägt zum Erhalt und Aufbau der Muskeln bei

➜ **Glutenfrei**

➜ **Lactosearm**
(< 0,3 g / 100 g)

Tipp

Molkenproteinzufuhr unmittelbar nach einer **körperlichen Betätigung** oder der Physiotherapie wirkt synergetisch zur **Unterstützung der Muskulatur!**

So einfach ist die Anwendung von resource® whey protein

➜ Bei Getränken und Speisen bis 70° C:
5 – 15 g Pulver (1 – 3 Esslöffel) in 150 ml Flüssigkeit oder 150 g Speise einrühren.

➜ Bei Getränken und Speisen zwischen 70° C und 100° C:
5 – 15 g Pulver in 20 – 50 ml Flüssigkeit bei Raumtemperatur auflösen und diese Mischung max. 10 Minuten vor dem Servieren in die warme Speise einrühren. Das Pulver ist nicht zum Kochen geeignet.

Praktisch betrachtet ...

➜ **Einfache Anwendung:** löst sich vollständig in Getränken und Lebensmitteln auf, ohne den Geschmack oder die Konsistenz zu beeinträchtigen

➜ **Geschmacksneutral:** vermischt sich perfekt in allerlei Flüssigkeiten und Speisen

* 5 g Pulver ≙ 1 Esslöffel; max. Tagesdosis: 45 g Pulver

Rezept-Idee

Aprikosen Power Drink

- ½ Becher (150 ml) Aprikosen- oder Natur-Joghurt
- 150 g frische Aprikosen oder alternativ aus der Dose, nicht abgetropft
- 3 Esslöffel (15 g) Resource® whey protein

Joghurt mit Aprikosenpüree (Aprikosen frisch gedünstet oder aus der Dose mit etwas Saft zu einem Püree mixen) und mit Resource® whey protein vermischen.

Je nach Süsse der Früchte mit etwas Zucker nachsüssen und in einem Glas servieren.

352 *kcal*

17,3 g *Protein*

resource® whey protein

Dose à 300 g, geschmacksneutral

10430524 8.1.5.06.2018

→ Für weitere Fragen wenden Sie sich an Ihren Apotheker oder besuchen Sie unsere Webseite:
www.nestlehealthscience.ch

Resource® whey protein ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (FSMP).

Literatur:

1. Russell C, Elia M. Redditch: BAPEN, 2012.
2. Schindler K et al. Clin Nutr 2010;29:552-9.
3. Imoberdorf R et al. Clin Nutr 2010;29:38-41.
4. Meijers JM et al. Br J Nutr 2009;101:417-23.
5. Bauer J. et Al. Evidence-based recommendations for optimal dietary protein intake in older people: a position paper from the PROT-AGE Study Group. J Am Med Dir Assoc. 2013, 14(8):542-59.

Nestlé Suisse S.A., Nestlé Health Science
Entre-Deux-Villes, 1800 Vevey
Infoline: **0848 000 303**
www.nestlehealthscience.ch

Nestlé HealthScience®