

Das Gute Nacht Brot

ProBody

wenig Kohlenhydrate
viel Eiweiß

Low
Carb

ProBody enthält ca.

90% weniger Kohlenhydrate

und ca.

300% mehr Eiweiß gegenüber üblichen Mischbroten.

5 Sterne Bäckerei
einfach ausgezeichnet...



Mühlhäuser
Der knusperfrische Bäcker

ProBody passt somit zu Ihren „Low-Carb“- , „Schlank im Schlaf“- und vergleichbaren Ernährungsplänen. Diese sollen den Fettabbau ermöglichen, indem die Insulinausschüttung verringert wird und die Energieversorgung aus den Fettzellen erfolgt.

Das Prinzip ist denkbar einfach:

Morgens – Kohlenhydrate

Ein ausgiebiges Kohlenhydrat-Frühstück garantiert Energie und Wärme für den Tag. 3-4 Brötchen oder 3-4 Scheiben normales Brot mit Nusscreme, Konfitüre oder auch Honig sind wichtig, da der Körper eine Grundlage für den Tag benötigt, um in Gang zu kommen und leistungsfähig zu sein.

Mittags – Mischkost

Eine ausgewogene, vollwertige Mischkost steht am Mittag auf dem Programm, da nun ein hoher Insulinspiegel dem Körper keine Probleme bereitet. Fisch, Fleisch, Geflügel mit Kohlenhydrat-Beilagen. Rohkost und Gemüse sind kein Problem für den Speiseplan. Das Mahl darf gerne mit einem Stück Kuchen oder Süßigkeiten abgerundet werden.

Abends – Eiweiß

Am Abend werden die Weichen auf Fettabbau gestellt, das bedeutet nun sollte auf Kohlenhydrate verzichtet werden. Dadurch wird die Insulinausschüttung reduziert, die in der Nacht die Fettzellen blockiert. Da der Körper auch in der Nacht alleine für die Aufrechterhaltung der Körpertemperatur (von 36-37 °C) Energie verbraucht, wird so Fettverbrennung im Schlaf möglich.

geniale
20% Eiweiß



nur
5,5% Kohlenhydrate

Bisher musste dabei abends weitgehend auf Brot verzichtet werden, wegen der Zufuhr von reichlich Kohlenhydraten. Mit ProBody können Sie jetzt ein feines Abendbrot genießen.

- Ein schmackhaftes Brot mit außergewöhnlicher Frischhaltung!
- Schmeckt auch getoastet hervorragend!
- Basiert auf Studien internationaler Wissenschaftler sowie bekannten deutschen Ärzten wie z.B. Dr. Worm und Dr. Pape!

Nährwertanalyse:

100g ProBody enthält durchschnittlich:

Zutaten:

Energie	(274 kcal) 1134 kJ
Protein/Eiweiß	19,8g
Fett	16,4g
<i>davon gesättigte Fettsäuren</i>	2,1g
Ballaststoffe	12,3g
Kohlenhydrate	5,4g
<i>davon Zucker</i>	1,8g
Natrium	0,5g

Wasser, Weizeneiweiß, Sojamehl, Sonnenblumenkerne, Sojaschrot, Leinsaat gelb, Leinsaat, Dinkelvollkorn-Sauerteig, Sesamsaat, Apfelfaser, Weizenspeisekleie, Hefe, Speisesalz, Gerstenmalzextrakt

1 BE entspricht 222g verzehrfertigem Produkt.