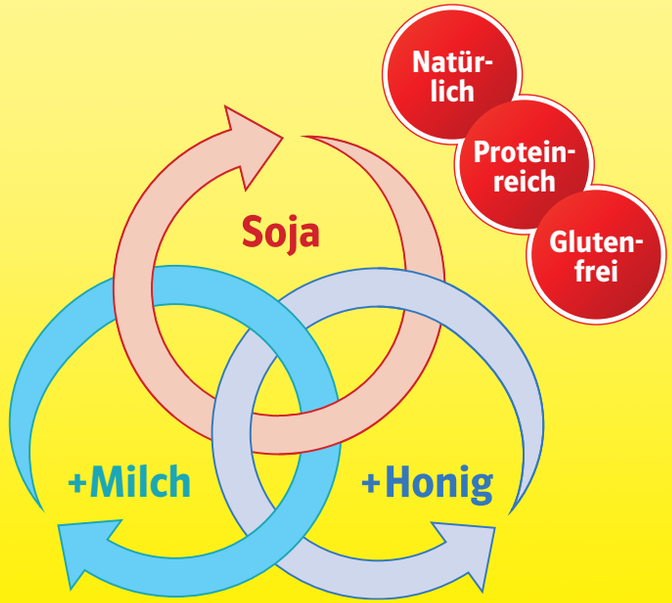
Almased®

...einfach weil es funktioniert



Mehr als 30 Jahre Erfahrung und Forschung mit Almased bestätigen seine unvergleichliche Effektivität.

Almased enthält aktive Honigenzyme.**

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

Für Vegetarier geeignet

Für Diabetiker
40 g Almased = 1 BE

Glykämischer Index = 27

4 250529 300167

PZN-12344348

Inhalt: 500 g = 10 Portionen

Mindestens haltbar bis:
siehe Bodenaufdruck

Kühl und trocken lagern
Füllhöhe technisch bedingt

Almased Wellness GmbH
Leopoldstraße 180
80804 München
Kostenfreie Beratungs-Hotline: 0800 366 62 50

www.almased.de

Das Almased-Phänomen:

Das einzigartige Almased-eigene Herstellungsverfahren garantiert eine optimale Fermentation der hochwertigen Rohstoffe. Einige davon werden speziell für Almased hergestellt. Es kommt zu einer Almased spezifischen hohen biologischen Wertigkeit und Verfügbarkeit. Almased enthält weder Süßungsmittel, Aromen, Füllstoffe noch Konservierungsstoffe. Die Ergebnisse der mit Almased durchgeführten Studien sind nicht auf andere Produkte übertragbar.

Zubereitung des Shakes

1. 200 ml Wasser in ein Gefäß geben.
2. 2 Teelöffel Pflanzenöl reich an Omega-3-Fettsäuren hinzufügen (z. B. Rapsöl).
3. 50 g Almased-Pulver (ca. 5 gehäufte Esslöffel) dazugeben, gut rühren oder schütteln.

Zur Gewichtsabnahme

Wer abnehmen will, ersetzt zwei der drei täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch Almased. Almased erfüllt nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung seinen angestrebten Zweck. Andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Auf eine ausreichende tägliche Flüssigkeitsaufnahme ist zu achten. Bitte beachten Sie die Zubereitungsempfehlung, da Almased kein vollständiges Lebensmittel ist. Almased ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine aktive und gesunde Lebensweise, aber ein wichtiger Teil davon.

- ✔ **Energie-Stoffwechsel:** Vitamin C, B_6, B_{12} und Thiamin (B_1) tragen zu einem normalen Energie-Stoffwechsel bei.
- ✔ **Muskeln:** Proteine tragen zur Erhaltung und zu einer Zunahme an Muskelmasse bei und Calcium und Kalium tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei.
- ✔ **Verringerung von Müdigkeit:** Magnesium, Folsäure, Riboflavin (Vitamin B_2), Niacin und Pantothensäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- ✔ **Kognitive Funktion:** Zink und Eisen tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei.

Was Sie noch wissen sollten

Auch außerhalb der Diät können Sie täglich 2-5 gehäufte Esslöffel Almased in Flüssigkeit, laktosefreien Joghurt oder Müsli zusätzlich in die Nahrung integrieren. Sportler, die intensiv trainieren, können Almased neben der täglichen Nahrung zu sich nehmen.

Das ist Almased Lactosefrei

Durchschnittliche Gehalte des verzehrfertigen Produkts

	pro Portion / Shake mit 50 g Pulver + 200 ml Wasser + 2 TL (6 g) Rapsöl	% NRV***	**pro 100 g Almased-Pulver**	% NRV***
Brennwert (kJ)	963		1483	
Brennwert (kcal)	229		349	
Fett	6,9 g		1,8 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g		0,5 g	
Kohlenhydrate	15 g		30 g	
davon Zucker	15 g		30 g	
Eiweiß	26 g		52 g	
Salz	0,67 g		1,3 g	
Vitamin A	257 µg	32	448 µg	56
Vitamin D_3	1,6 µg	32	3,2 µg	64
Vitamin E	3,6 mg	30	4,5 mg	38
Vitamin K	28 µg	37	38 µg	51
Vitamin C	29,5 mg	37	59 mg	74
Thiamin	0,35 mg	32	0,7 mg	64
Riboflavin	0,5 mg	38	1,1 mg	76
Niacin	5,7 mg	36	11,4 mg	71
Vitamin B_6	0,45 mg	32	0,9 mg	64
Folsäure	68 µg	34	136 µg	68
Vitamin B_{12}	0,8 µg	32	1,6 µg	64
Biotin	21 µg	42	42 µg	84
Pantothensäure	1,9 mg	32	3,8 mg	63
Kalium	508 mg	25	1016 mg	51
Calcium	243 mg	30	486 mg	61
Phosphor	275 mg	39	551 mg	79
Magnesium	118 mg	31	236 mg	63
Eisen	5,4 mg	39	10,7 mg	76
Zink	3,3 mg	33	6,6 mg	66
Kupfer	0,4 mg	40	0,7 mg	70
Mangan	0,7 mg	35	1,4 mg	70
Selen	22,5 µg	41	45 µg	82
Iod	60,6 µg	40	121 µg	81

Durchschnittlicher Gehalt an Aminosäuren in 100 g Protein

L-Tyrosin	3,9 g
L-Methionin	1,5 g
L-Cystin/Cystein	1,1 g
L-Lysin	6,3 g
L-Threonin	3,7 g
L-Tryptophan	1,4 g
L-Leucin	8,4 g
L-Isoleucin	5,2 g
L-Valin	5,3 g
L-Histidin	2,6 g
L-Arginin	6,8 g
L-Phenylalanin	5,1 g
L-Asparaginsäure + Asparagin	10,9 g
L-Serin	4,9 g
L-Glutaminsäure + Glutamin	19,4 g
L-Prolin	6,0 g
L-Glycin	3,8 g
L-Alanin	4,2 g

* < 0,1 g Laktose / 100 g

** **Pro Portion (50 g Pulver)** 1,25 U Honigenzyme und **pro 100 g Almased-Pulver** 2,5 U Honigenzyme

*** Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) 1169/2011

Zutaten: Sojaeiweiß 50 % (enthält **Sojalecithine**), Bienenhonig 25 % davon 100 U/kg Honigenzyme, laktosefreies **Magermilchpulver*** 22 % (**Magermilch**, Laktase), Kaliumchlorid, Calciumcitrat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumoxid, Trennmittel Siliciumdioxid (Kieselsäure), Vitamin C, Eisenfumarat, Farbstoff Riboflavine, Niacin, Vitamin E, Zinkoxid, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Vitamin B_2, Vitamin D_3, Vitamin B_6, Vitamin B_1, Vitamin A, Folsäure, Kaliumiodid, Vitamin K, Natriumselenit, Biotin, Vitamin B_{12}

Wichtig: Bei Langzeitanwendung ärztliche Beratung empfohlen.
Allergiker sollten erst ärztlichen Rat einholen.

L102608

Lactosefrei* **Lactosefrei*** **Lactosefrei***

DE_Almased_500g_Lactosefrei_08d.indd 1 26.01.2026 14:34:41