

Preparazione per alimento simile allo yogurt a base di siero di latte arricchito con proteine in polvere.
Con Inulina (19,8%) e colture di acido lattico.

Pulverförmiges Molkenmischerzeugnis aus eiweißangereichertem Molkenpulver zur Herstellung einer joghurtartigen Speise.
Mit Inulin (19,8 %) und Milchsäurekulturen.

- IT PREPARAZIONE SOLO NELLA YOGURTIERA FITLINE:** Con una bustina di Yogurt FitLine (50,5 g) ed un litro di latte scremato (0,3%) a temperatura ambiente (ca 20°C), si possono preparare 5 porzioni.
1. Riempire a metà il contenitore interno con il latte.
 2. Aggiungere l'intero contenuto di una bustina di Yogurt FitLine Feel Good* e mescolare con un frullino elettrico o con una frusta fino a sciogliere la polvere.
 3. Aggiungere il latte rimanente e mescolare di nuovo accuratamente.
 4. Una volta ben mescolato, mettere il coperchio sul contenitore interno e premere quanta più aria possibile.
 5. Riempire il contenitore esterno con acqua bollente fino al bordo superiore dei supporti del contenitore interno (circa 0,5 litri).
 6. Inserire il contenitore interno.
 7. Posizionare il coperchio sul contenitore esterno e fissarlo con un leggero movimento rotatorio.
 8. Per un processo di fermentazione ottimale dello yogurt, si consiglia di:
 - lasciare riposare per almeno 10 ore a temperatura ambiente, al riparo da correnti d'aria
 - non aprire o spostare la yogurtiera durante il processo di fermentazione.
 9. Mettere il contenitore interno con lo yogurt FitLine Feel Good* in frigorifero per 8-10 ore prima di consumarlo.
 10. Lo yogurt FitLine Feel Good* può essere conservato in frigorifero per un massimo di 5 giorni.
- CONSIGLI PER L'USO:** Consumare 200 ml al giorno di prodotto pronto all'uso.
- NOTA:** Un tempo di fermentazione più breve darà come risultato uno yogurt più delicato che non si rapprende.
Utilizzando un latte più grasso, ad esempio con il 3,5-3,8%, si ottiene uno yogurt particolarmente cremoso.

- DE ZUBEREITUNG NUR IM FITLINE JOGHURTBEREITER:** aus 1 Beutel FitLine Joghurt (à 50,5 g) und 1 Liter entrahmte Milch (0,3% Fett) mit Raumtemperatur ca. 20°C ergeben sich 5 Portionen.
1. Innenbehälter zur Hälfte mit Milch befüllen.
 2. Den gesamten Inhalt eines Beutels FitLine Feel Good* Joghurt dazu geben und mit einem elektrischen Handmixer oder Schneebesen verrühren, bis das Pulver gelöst ist.
 3. Restliche Milch hinzufügen und nochmals gründlich verrühren.
 4. Wenn alles gut verrührt ist, den Deckel des Innenbehälter aufsetzen und möglichst viel Luft herausdrücken.
 5. Den Außenbehälter bis zur Oberkante der Auflagen für den Innenbehälter mit kochendem Wasser befüllen (ca. 0,5 l).
 6. Den Innenbehälter einsetzen.
 7. Deckel des Außenbehälters aufsetzen und mit einer leichten Drehbewegung einrasten.
 8. Für einen optimalen Joghurt-Reifeprozess den FitLine Joghurtbereiter:
 - mindestens 10 Stunden bei Raumtemperatur und vor Zugluft geschützt (idealerweise auf einem isolierenden Untergrund wie einem Holzbrett) stehen lassen
 - während des Joghurt-Reifeprozesses nicht öffnen und nicht bewegen.
 9. Den Innenbehälter mit dem fertigen FitLine Feel Good* Joghurt vor dem Verzehr 8–10 Stunden in den Kühlschrank stellen.
 10. Der FitLine Feel Good* Joghurt kann maximal 5 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.
- VERZEHRREMPFEHLUNG:** 200 ml des verzehrfertigen Produktes pro Tag.
- HINWEIS:** Eine kürzere Reifezeit ergibt einen mildereren Joghurt, der nicht sticht fest wird.
Die Verwendung fettreicherer Milch z.B. mit 3,5–3,8% ergibt einen besonders cremigen Joghurt.

6 bustine da / Beutel à 50,5 g **e** = 303 g



PM-International Italia S.r.l.
Via Caravaggio 28/A, 20832 Desio (MB)
www.fitline.com



Valore medio Durchschnittlicher Gehalt	per 100 g di polvere pro 100 g Pulver	% NRV ¹	per porzione (200 ml pronto all'uso) ² pro Portion (200 ml verzehrfertig) ²	% NRV ¹
Valore energetico / Energie	1279 kJ / 303 kcal		372 kJ / 88 kcal	
Grassi / Fett	1,0 g		0,73 g	
di cui saturi / davon gesättigte Fettsäuren	0,67 g		0,46 g	
Carboidrati / Kohlenhydrate	33 g		10 g	
di cui zuccheri / davon Zucker	33 g		10 g	
Fibre / Ballaststoffe	17 g		1,7 g	
Proteine / Eiweiß	33 g		10 g	
Sale / Salz	1,7 g		0,40 g	
Calcio / Calcium	670 mg	84	320 mg	40
Fosforo / Phosphor	830 mg	119	280 mg	40
Niacina / Niacin	148 mg	925	15 mg	94
Inulina / Inulin	19,8 g		1,9 g	

¹ NRV (Percentuale dei valori nutritivi di riferimento per l'apporto quotidiano (per adulti) / (Prozentwert der Referenzmenge für die Tageszufuhr (Erwachsene))

² 200 ml di prodotto pronto all'uso preparato con 50,5 g di polvere e 1 litro di latte scremato (0,3% di grassi) / 200 ml verzehrfertiges Produkt zubereitet aus 50,5 g Pulver und 1 Liter entrahmter Milch (0,3% Fett)

La confezione contiene 30 porzioni pronte all'uso da 200 ml.
Die Packung ergibt 30 Portionen à 200 ml verzehrfertige Portionen.

- IT INGREDIENTI:** siero di latte in polvere arricchito con proteine, inulina (19,8%), gelatina bovina, niacina, colture di acido lattico (con latte, lattosio) (specie di Bifidobatteri, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), aroma naturale.
- DE ZUTATEN:** Eiweißangereichertes **Molkenpulver**, Inulin (19,8 %), Rindergelatine, Niacin, Milchsäurekulturen (mit Milch, Lactose) (Bifidobacterium species, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, Streptococcus thermophilus), natürliches Aroma.



Feel Good*

Yogurt / Joghurt



Sviluppato e prodotto esclusivamente per PM-International Group.
Exklusiv entwickelt und hergestellt für die PM-International Gruppe.

Prodotto di altissima qualità conforme agli standard internazionali GMP.
Hervorragende Produktqualität entsprechend dem internationalen GMP Standard.

Preferibilmente, conservare la confezione in frigorifero. Da consumarsi preferibilmente entro il termine e Ch.-B / L.: Vedere lato e busta singola. Conservare in luogo fresco e asciutto. / Verpackung idealerweise im Kühlschrank aufbewahren. Mindestens haltbar bis Ende und Ch.-B/L.: siehe Seite und Einzelbeutel. Kühl und trocken lagern.

NOTA: assicurati di avere una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano.
HINWEIS: Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

* Il calcio contribuisce alla normale funzione degli enzimi digestivi.
Calcium trägt zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei.

