

## PROTEIN SHAKE CACAU BIO 60% PROTEIN 100G

### COMPOSIÇÃO:

36,5% de proteína de ervilha em pó\*,  
 36,5% de proteína de arroz em pó\*, 17%  
 de xarope de agave\*, 10% de cacau em pó  
 desnatado\*.

**Conteúdo de Proteína: 60%.**

\*Origem de agricultura orgânica  
 certificada.

**Sem glúten. Sem lactose. Vegan.**

### ANÁLISE NUTRICIONAL:

Por 20g (dose diária): energia - 79 kcal;  
 lípidos - 1,5g (dos quais 0,6g são  
 saturados); hidratos de carbono - 3,4g (dos  
 quais são açúcares 3g); fibra dietética -  
 1,8g; proteína - 12g; sal - 0,08g.

**Aminoácidos essenciais** por 20g:

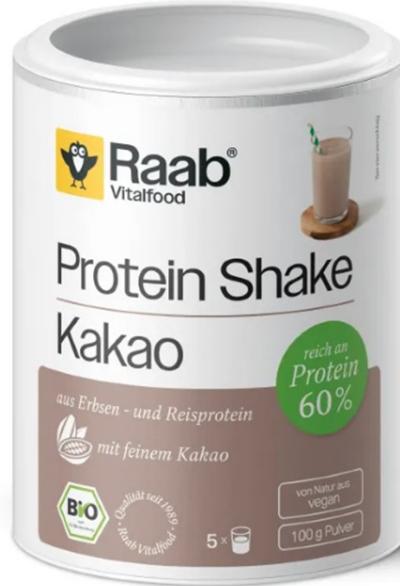
Isoleucina - 600mg; Leucina - 1100 mg;  
 Lisina - 700mg; Metionina - 200 mg;  
 Fenilalanina - 700mg; Treonina - 400mg;  
 Triptofano - 100 mg; Tirosina - 500mg;  
 Valina - 600mg.

### INDICAÇÕES:

Protein Shake Cacau Bio da Raab é  
 uma proteína puramente vegetal,  
 formulada com uma combinação de  
 proteína de ervilha e arroz. É associada  
 a cacau bio em pó fino, para promover  
 um agradável sabor e adoçada  
 naturalmente com agave.

**As proteínas contribuem para  
 aumentar e manter a massa  
 muscular.**

Contém aminoácidos essenciais, sendo  
 de destacar o seu teor de aminoácidos  
 de cadeia ramificada (BCAA),  
 nomeadamente Isoleucina, Leucina e  
 Valina. Como todos os aminoácidos  
 essenciais, estes têm de ser fornecidos  
 pela alimentação, uma vez que não  
 sintetizados no organismo.



São muito importantes, pois constituem grande parte da massa muscular e de numerosas enzimas, hormonas, anticorpos, transporte de oxigénio e ácidos nucleicos (RNA e DNA).

As proteínas são um elemento essencial à nutrição humana e contribuem, por exemplo, para o aumento da massa muscular e estimulam a produção de insulina. Promovem a manutenção de ossos, pele, cabelo e unhas saudáveis. A carência destes aminoácidos conduz a um estado catabólico.

### POSOLOGIA:

Adicionar 2 colheres de sopa de proteína de Protein Shake Cacau Bio (cerca de 20g) a 300 ml de água ou, se preferir, leite de soja, aveia ou espelta. Usar uma varinha ou liquidificadora, para evitar o aparecimento de grumos. Protein Shake Cacau Bio da Raab pode ainda ser adicionada a iogurtes, batidos ou molhos, para uma maior consistência e cremosidade. Este produto é natural, pelo que a cor e o sabor podem variar, consoante a época.

### APRESENTAÇÃO:

Embalagem de 100g. Embalagem reutilizável. O nível de enchimento pode ser variável, por motivos técnicos.