

 Poeder voor pannenkoek ham kaas smaak

Ingrediënten: **ei**, **melkeiwitten**, **tarwebloem**, ervteneiwit, **soja-eiwit**, aroma (bevat **tarwe**, **melk**), rookaroma (nano), zout, vulstof: E1200; smaakversterker: E621; vitamines (C, niacine, E, pantotheenzuur, B2, B6, B1, A, foliumzuur, biotine, D, B12), emulgator: E322; antiklontermiddel: E504.

 Ham & cheese flavour pancake mix

Ingredients: **egg**, **milk** proteins, **wheat** flour, pea protein, **soy** protein, flavouring (contains **wheat**, **milk**), smoke flavouring (nano), salt, bulking agent: E1200; flavour enhancer: E621; vitamins (C, niacin, E, pantothenic acid, B2, B6, B1, A, folic acid, biotin, D, B12), emulsifier: E322; anti-caking agent: E504.

 Poudre pour crêpes au gout fromage et jambon

Ingédients: **œuf**, protéines de **lait**, farine de **blé**, protéine de pois, protéine de **soja**, arôme (contient **blé**, **lait**), arôme de fumée (nano), sel, agent de charge: E1200; exhausteur de goût: E621; vitamines (C, niacine, E, acide pantothénique, B2, B6, B1, A, acide folique, biotine, D, B12), émulsifiant: E322; antiagglomérant: E504.

 Pulver für pfannkuchen schinken mit käsegeschmack

Zutaten: **Ei**, **Milchproteine**, **Weizenmehl**, Erbsenprotein, **Sojaprotein**, Aroma (enthält: **Weizen**, **Milch**), Raucharoma (Nano), Salz, Füllstoff: E1200; Geschmacksverstärker: E621; Vitamine (C, Niacin, E, Pantothensäure, B2, B6, B1, A, Folsäure, Biotin, D, B12), Emulgator: E322; Trennmittel: E504.

5 zakjes van 30,0g € Totaal netto gewicht 150g €
5 sachets a 30,0g € Total net weight 150g €
5 sachets de 30,0g € Poids net total 150g €
5 beutel von 30,0g € Gesamt Nettogewicht 150g €

SLIM

diet®

Pannenkoek Ham Kaas Smaak / Pancake, Ham and Cheese
Flavour / Crêpe au Jambon et Fromage / Pfannenkuchen
Schinken-Käse Geschmack

Serveertip
Serving suggestion
Conseil de dégustation
Serviertipp

5x

Gebruiksaanwijzing:

- Vul een maatbeker met 90/100 ml koud water.
- Leeg de inhoud van het zakje in de maatbeker.
- Meng met een staafmixer tot alles is opgelost.
- Laat het mengsel 5 minuten rusten.
- Daarna de eerste zijde circa 3 minuten bakken in een hete anti-aanbakpan ingesmeerd met enkele druppels olijfolie en de andere zijde vervolgens 2 minuten bakken.

Instructions for use:

- Add 90/100 ml cold water to a measuring jug.
- Empty the contents of the sachet into the measuring jug.
- Mix with a hand blender until completely dissolved.
- Leave the mixture to rest for 5 minutes.
- Fry the first side for approximately 3 minutes in a hot non-stick pan greased with a few drops of olive oil, then fry the other side for 2 minutes.

Mode d'emploi:

- Remplissez un doseur gradué avec 90/100 ml d'eau froide.
- Videz le contenu du sachet dans le doseur gradué.
- Mélangez ensuite avec un mixeur jusqu'à dissolution complète.
- Laissez reposer le mélange pendant 5 minutes.
- Veuillez ensuite faire cuire le premier côté de la crêpe pendant environ 3 minutes dans une poêle antiadhésive très chaude, enduite de quelques gouttes d'huile d'olive, et faites ensuite cuire l'autre côté pendant 2 minutes.

Gebrauchsanweisung:

- Füllen Sie 90/100 ml kaltes Wasser in einen Messbecher.
- Fügen Sie den Beutelinhalt hinzu.
- Mischen Sie das Ganze mit einem Stabmixer durch, bis sich alles gelöst hat.
- Lassen Sie die Masse 5 Minuten ruhen
- Danach braten Sie die erste Seite in einer heißen, mit einigen Tropfen Olivenöl ein geriebenen Bratpfanne ungefähr 3 Minuten, die andere Seite ungefähr 2 Minuten.



Pannenkoek Ham Kaas Smaak / Pancake, Ham and Cheese Flavour /
Crêpe au Jambon et Fromage / Pfannenkuchen Schinken-Käse Geschmack

Energie / Energy / Énergie/ Energie	100 g	30 g	
kJ	1584	475	
kcal	379	114	
Voedingswaarden / Nutritional values / Valeurs nutritionnelles / Nährwert			
Vetten / Fat / Matières grasses / Fett	7,3 g	2,2 g	
waarvan / of which / dont / davon			
- Verzadigde Vetzuren / -Saturates / - Acides Gras Saturés / - Gesättigte Fettsäuren	2,6 g	0,8 g	
Koolhydraten / Carbohydrates / Glucides / Kohlenhydrate	16,8 g	5,1 g	
waarvan / of which / dont / davon			
- Suikers / - Sugars / - Sucres / - Zucker	3,3 g	1,0 g	
Vezels / Fibre / Fibres Alimentaires / Ballaststoffe	2,9 g	0,9 g	
Eiwitten / Protein / Protéines / Eiweiß	60,0 g	18,0 g	
Zout / Salt / Sel / Salz	4,9 g	1,5 g	
Vitaminen / Vitamins / Vitamins / Vitamine	100 g	30 g	%RI %AJR %NRV
Vitamine A / Vitamin A / Vitamine A / Vitamin A	400,0 µg	120,0 µg	50%
Vitamine D / Vitamin D / Vitamine D / Vitamin D	2,5 µg	0,75 µg	50%
Vitamine E / Vitamin E / Vitamine E / Vitamin E	6,0 mg	1,8 mg	50%
Vitamine C / Vitamin C / Vitamine C / Vitamin C	40,0 mg	12,0 mg	50%
Thiamine(B1) / Thiamin(B1) / Thiamine(B1) / Thiamin(B1)	0,6 mg	0,165 mg	50%
Riboflavine(B2) / Riboflavin(B2) / Riboflavine(B2) / Riboflavin(B2)	0,7 mg	0,21 mg	50%
Niacine(B3) / Niacin(B3) / Niacine(B3) / Niacin(B3)	8,0 mg	2,4 mg	50%
Vitamine B6 / Vitamin B6 / Vitamine B6 / Vitamin B6	0,7 mg	0,21 mg	50%
Foliumzuur(B11) / Folic Acid(B11) / Acide folique(B11) / Folsäure(B11)	100,0 µg	30,0 µg	50%
Vitamine B12 / Vitamin B12 / Vitamine B12 / Vitamin B12	1,3 µg	0,375 µg	50%
Biotine(B8) / Biotin(B8) / Biotine(B8) / Biotin(B8)	25,0 µg	7,5 µg	50%
Pantotheenzuur(B5) / Pantothenic acid(B5) / Acide pantothénique(B5) / Pantothensäure(B5)	3,0 mg	0,9 mg	50%

% (RI) Referentie-inname van een gemiddelde
volwassene (8 400 kJ / 2 000 kcal).
% (RI) Reference intake of an average adult
(8 400 kJ / 2 000 kcal).

% (AJR) Apport de référence pour un adulte-type
(8 400 kJ/2 000 kcal).
% der (NRV) Referenzmenge für einen durchschnittlichen
Erwachsenen (8 400 kJ/2 000 kcal).

- SLIMdiet® is een methode met eiwitrijke maaltijden en een duidelijk omschreven stappenplan. Dagelijks voldoende drinken. Aanbevolen dosering niet overschrijden. Buiten bereik van kinderen bewaren.
- Droog en donker bewaren bij een temperatuur tussen 15°C - 22°C.

- SLIMdiet® is a method with protein-rich meals and a clearly defined step-by-step plan. Ensure sufficient daily fluid intake. Do not exceed recommended dose. Keep out of reach of children.
- Store in a dry and dark place at a temperature between 15°C - 22°C.

- SLIMdiet® est une méthode avec des repas riches en protéines et un plan étape par étape clairement défini. Boire suffisamment tous les jours. Ne pas dépasser le dosage recommandé. Conserver hors de portée des enfants.
- Conserver au sec et à l'abri de la lumière à une température entre 15°C - 22°C.

- SLIMdiet® ist eine Methode mit proteinreichen Mahlzeiten und einem klar definierten Schritt-für-Schritt-Plan. Täglich ausreichend trinken. Empfohlene Dosierung nicht überschreiten. Außer Reichweite von Kindern aufbewahren.
- Trocken und dunkel bei einer Temperatur zwischen 15°C und 22°C aufbewahren.

www.td-cosmetics.nl