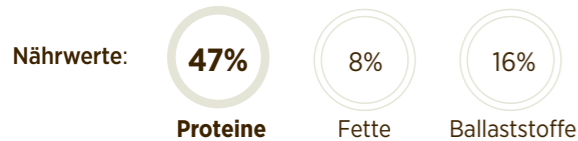


BIO VANILLE PROTEIN MIX



Österreichisches Sonnenblumenkern Protein Pulver vereint mit natürlichem Vanilleextrakt! Und das mit sagenhaften 47% Eiweißgehalt. Der hervorragende Geschmack nach feiner Vanille lässt deine Geschmacksknospen garantiert Freudensprünge veranstalten.

Zutaten (Pulver): Sonnenblumenkern | Vanille



REZEPTIDEE: VANILLE CHIA PUDDING

Rezept von Melanie (@bymelonie)

1. 250 ml Mandeldrink und 3 EL Vanille Protein Pulver Mix in einem Shaker zubereiten (damit sich keine Klümpchen bilden) oder gut mit einem Schneebesen verrühren.
2. 45 g Chiasamen und 2 EL Dattelsirup hinzufügen und verrühren.
3. Den Pudding in Gläser abfüllen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
4. Danach mit 4 EL Vanille Sojajoghurt, 1 EL Hanfsamen und Früchten nach Wahl anrichten.



DIE NATÜRLICHE PFLANZENPOWER.

Natürliches, pflanzliches Eiweiß als Basis und dazu bester Geschmack.

Für unsere feinen Bio Protein Pulver Mixes verwenden wir als Basismischung nur österreichische Proteinquellen aus Hanfsamen, Kürbis- und Sonnenblumenkern, die ohne zusätzliche Erwärmung entölt und schonend vermahlen werden. Diese Basis wird von uns verfeinert - mit wertvollsten Pulvern aus Vanille, Erdbeere, Apfel, Kakao, Matcha und Co. Somit ist für Jeden und Jede etwas dabei.



Die tägliche Proteinbedarfsdeckung war noch nie so einfach.

Frei von Zusatzstoffen, künstlichen Mitteln und Zuckerersatz, schmecken unsere Protein Mischungen ausgezeichnet in Shakes, Smoothies, Joghurt und Pudding sowie als Backzutat für Kuchen, Waffeln oder Crêpes und tragen zu einer ausgewogenen, sportlichen Ernährung bei.

Überzeug dich selbst!



SCHALK  MUEHLE
GENUSSMANUFAKTUR
SEIT 1859

BIO PROTEIN MIXES

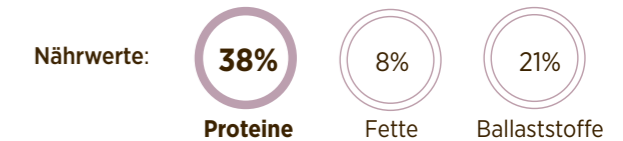


BIO MULTI BEEREN PROTEIN MIX



Bereits beim Öffnen der Packung sorgt der fruchtig, sommerliche Duft nach Heidel-, Him- und Erdbeere für Glücksgefühle. Und das keineswegs unbegründet, denn allerfeinste Zutaten und keinerlei künstliche Zusatzstoffe und Süßungsmittel können nur glücklich machen.

Zutaten (Pulver): Hanf | Sonnenblumenkern | Rote Beete | Erdbeer | Heidelbeer | Aronia | Himbeer



REZEPTIDEE: BEERIGE PROTEIN WAFFELN

Rezept von Nora (@running_nora)

1. 1 Stk. Banane, 2 Eier (alternativ 6 EL Chiasamen), 2 EL Beeren Protein Pulver Mix, 20 g Kokos gerieben, 50 g Haferflocken vermahlen, 60 ml Hafermilch, 1 TL Backpulver und 1 prise Salz in einen Stabmixer geben und vermischen.
2. Den Teig für ca. 10 Minuten quellen lassen.
3. Danach den Teig in ein Waffeleisen füllen und die Waffeln zubereiten.
4. Nach Belieben mit Joghurt, Obst und Granola toppen.

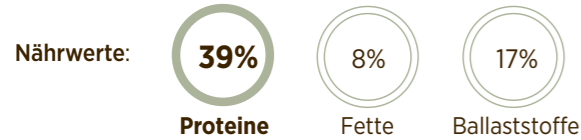


BIO APFEL-QUITTE PROTEIN MIX



Frisch, fruchtig, nahezu himmlisch. Der einzigartige Geschmack erinnert an grünen Apfel. Es ist so unfassbar gut, dass sich jedes Müsli darüber freut. Aber nicht nur im Müsli oder Joghurt, auch in Shakes, als Backzutat oder als leckeres Topping. Da erfreut sich ein/e jeder:r.

Zutaten (Pulver): Hanf | Kürbiskern | Sonnenblumenkern | Apfel | Quitte

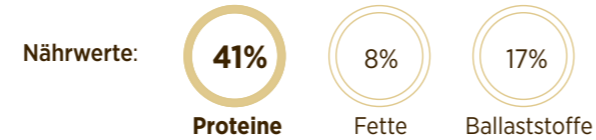


BIO KAKAO-BANANE PROTEIN MIX



Regionale Protein Pulver verfeinert mit fein vermahlenem Kakao- und Bananenpulver lassen dein Herz ab sofort höher schlagen. Dieser Mix ist ein genialer Ersatz für Süßigkeiten, denn Zuckerzusätze und künstliche Aromen suchst du hier vergeblich. Dafür gibt 's den vollen Geschmack.

Zutaten (Pulver): Hanf | Kürbiskern | Sonnenblumenkern | Banane | Kakao

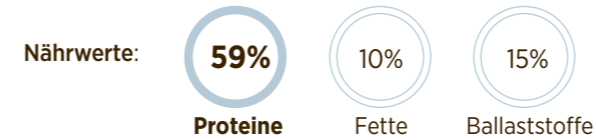


BIO ESSENTIAL AMINO PROTEIN MIX



Diese natürliche Pflanzenpower aus österreichischen Proteinquellen versorgt deinen Körper mit allen lebensnotwendigen Aminosäuren. Bereits eine Portionsgröße von 30 g deckt 29% deines Tagesbedarfs an essentiellen Aminosäuren ab. Tja, wir sind auch ganz hin und weg.

Zutaten (Pulver): Kürbiskern | Sonnenblumenkern

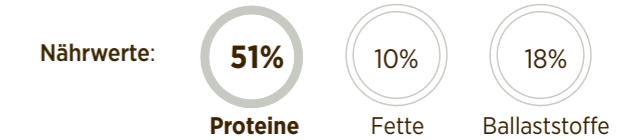


BIO MATCHA PROTEIN MIX



Der Gewinner unter den Wachmachern. Durch allerfeinstes BIO Matcha Grünteepulver sorgt der Mix für den Energiekick am Morgen oder beim Nachmittagstief. Ohne Zuckerzusatz und mit einer Extraportion Protein. Der frische, grasige Geschmack passt hervorragend in deinem Matcha Latte.

Zutaten (Pulver): Hanf | Kürbiskern | Sonnenblumenkern | Matcha | Gerstengras



REZEPTIDEE: OATCAKE

Rezept von Georg (@kloana_steirabua)

1. Das Backrohr auf 180°C Heißluft vorheizen.
2. 200 g Beeren oder Obst vorbereiten bzw. klein schneiden.
3. 250 g Haferflocken, 500 ml pflanzliche Milch, 40 g Apfel-Quitten Protein Pulver Mix, 50 g Nüsse, 20 g Löwenzahnhonig und 1 TL Kakaopulver miteinander vermengen und in eine Auflaufform geben. Ein paar Nüsse als Topping aufbehalten.
4. Für ca. 35-40 Minuten im Backofen backen.
5. Abkühlen lassen, mit Nüssen toppen und genießen.

REZEPTIDEE: SCHOKO-BANANEN TRAUM

Rezept von Chiara (@chiaramair)

1. 1 Banane in Stücke brechen und in einen Standmixer geben. 1-2 Stk. Datteln mit einem Messer entkernen und ebenfalls in den Mixer geben.
2. Danach 125 ml Mandelmilch, 2 EL Kakao-Bananen Protein Pulver Mix und etwas Zimt hinzufügen und gut vermischen.
3. Alles in ein Glas abfüllen und den Shake mit etwas Kakaopulver toppen.

REZEPTIDEE: GEMÜSEAUSTRICH

Rezept von Julia (@julia_the_vet)

1. 2 Stk. Karotten klein schneiden und kurz weich kochen. 1 Stk. Fleischtomate und 5 Stk. Oliven ebenso klein schneiden.
2. Karotten, Tomate und Oliven mit 2 EL Essential Amino Protein Mix, 1 EL Hefeflocken, 2 TL Tomatenmark (mit Kräutern) und 1 TL Hanföl miteinander vermischen (ggf. etwas Wasser hinzufügen).
3. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer verfeinern und mit frischen Kräutern (Thymian, Basilikum) servieren.

REZEPTIDEE: MATCHA LATTE

Rezept von Chiara (@chiaramair)

1. 1-2 EL Matcha Protein Pulver Mix in einen Mixer geben und mit 100 ml heißen, aber nicht kochendem Wasser übergießen (ansonsten kann der Matcha nämlich bitter werden).
2. 1-2 TL Ahornsirup und etwas Vanilleextrakt hinzufügen und vermischen.
3. Anschließend 150 ml pflanzliche Milch erwärmen, schaumig schlagen und auf den Matcha geben.

