

ADAMS BROT

AdamsBrot®
natural energy & fitness

Eiweiß-Brotbackmischung

Sonnenwald

Proteinreich · Ballaststoffreich



Ohne Soja

NUTRI-SCORE



Kühl und trocken lagern. Mindestens haltbar bis: siehe Verpackung.
Store in a cool and dry place. Best before: see packaging.
Koel en droog bewaren. Ten minste houdbaar tot: zie verpakking.

Inhalt/content:
250 g e

AdamsBrot UG (haftungsbeschränkt)
Schützenstr. 2
D-94539 Grafing
www.adamsbrot.de

Made in Germany



DE Eiweißbrot mit Sonnenblumenkernen – glutenfrei

BACKMISCHUNG FÜR EIN CA. 500 g EIWEIßBROT.

ZUTATEN: Goldleinmehl*, Eiklarpulver, Sonnenblumenkerne, Bio Kokosmehl*, Mandelmehl*, Kürbiskernmehl*, Apfelfaser, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat, Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure (Vitamin C), Kristallsalz, Gewürze. Kann vereinzelt Spuren von Erdnüssen und Sesam enthalten. (*teilentölt)

ZUBEREITUNG: Ganz einfach – Backmischung mit 350 ml Wasser zu einem Teig verrühren. Teig gleich zu einem Laib formen, auf ein Backblech legen oder in eine gefettete Form (Silikonform) geben und bei 180°C (Umluft) ca. 60 Minuten backen – fertig. Aufbewahrung luftig oder im Kühlschrank.

EN Protein bread with sunflower seeds – gluten free

BAKING MIXTURE FOR AN APPROX. 500 g PROTEIN BREAD.

INGREDIENTS: golden linseed flour*, egg white powder, sunflower seeds, organic coconut flour*, almond flour*, pumpkin seed flour*, apple fiber, baking agent: sodium bicarbonate, antioxidant: ascorbic acid (vitamin c), crystal salt, spices. Can contain singly traces of peanuts and sesame (*partially de-oiled)

PREPARATION: Simply mix the bread mix with 350 ml of water into a dough. Form a loaf, place on a baking sheet or put into a greasy mold (silicone mold) and bake at 180°C (circulating air) for approx. 60 minutes – done. Storage airy or in the refrigerator.

NL Eiwitbrood met zonnebloempitten – glutenvrij

BROODMIX VOOR CA. 500 g EIWITBROOD.

INGREDIËNTEN: lijnzaadmeel*, Kip-eiwitpoeder, zonnebloempitten, biologisch kokosmeel*, amandelmeel*, pompoenpittenmeel*, appelvezels, bakmiddel: natriumcarbonaat, antioxidant: ascorbinezuur (vitamine C), kristalzout, kruiden. Kan sporen bevatten van noten en sesamzaad. (*deels ontolied)

BEREIDING: Zeer eenvoudig – Voeg de mix bij 350 ml water en kneed het deeg. Vorm het deeg tot een brood, leg het op een bakpapier of doe het in een ingevette vorm (siliconenschaal). Bak het op 180°C 60 minuten in de oven. Bewaar het brood op je aanrecht of in de koelkast.

Durchschnittliche Nährwerte in 100 g fertigem Brot/
Typical nutrition per 100 g baked bread/
Voedingswaarden per 100 g bereid brood

Brennwerte/ Energy/ Energie	147 kcal (615 kJ)
Fett/ Fat/ Vetten	4,5 g
- davon gesättigte Fettsäuren/ thereof saturated fatty acids/ waarvan verzadigd vet	1,8 g
Kohlenhydrate/ Carbohydrates/ Koolhydraten	0,8 g
- davon Zucker/ thereof sugar/ waarvan suikers	0,8 g
Ballaststoffe/ Roughage/ Voedingsvezels	10,4 g
Eiweiß/ Protein/ Eiwitten	20,6 g
Salz/ Salt/ Zout	0,35 g



4 260645 330313