

ADAMS CAKE

AdamsBrot®
natural
energy
& fitness

Eiweiß-Pancake Backmischung

Pancake

Proteinreich · Ballaststoffreich



Als Waffelteig nutzbar



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:
350 g e

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

Made in Germany



DE Eiweiß-Pfannkuchen – glutenfrei

BACKMISCHUNG FÜR CA. 10 GROSSE PFANNKUCHEN/
WAFFELN

ZUTATEN: Bio Kokosmehl*, Milcheiweißkonzentrat, Bio Sonnenblumenprotein*, Eiklarpulver, Citrusfaser, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat, Säuerungsmittel: natürliches Glucono-delta-lacton, Aroma, Süßungsmittel: Sucralose. (*teilentölt)

EINFACHSTE ZUBEREITUNG: Für *Pfannkuchen* eine Portion (35 g**) mit 140 ml Wasser verrühren. Den Teig sofort in einer gefetteten Pfanne verteilen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun backen. Für *Waffeln* eine Portion (35 g) mit 120 ml Wasser verrühren und den Teig in ein vorgewärmtes, gefettetes Waffeleisen bei mittlerer Hitze backen.

EN Protein pancake – gluten free

BAKING MIXTURE FOR APPROX. 10 BIG PANCAKE/WAFFLES

INGREDIENTS: organic coconut flour*, milk protein concentrate, organic sunflower protein*, egg white powder, citrus fibre, raising agent: sodium hydrogen carbonate, acidifier: natural glucono-delta-lactone, flavour, sweetener: sucralose. (*part deoiled)

EASY PREPARATION: For *pancake* mix one serving (35 g**) with 140 ml of water. Immediately spread the dough in a greased pan and bake on medium heat until golden brown on both sides. For *waffles* mix one portion (35 g) with 120 ml water and bake the dough in a preheated, greased waffle iron at medium heat.

NL Eiwit Pannenkoeken mix – glutenvrij

BAKMIX VOOR CA. 10 GROTE PANNENKOEKEN/WAFELS

INGREDIËNTEN: biologisch kokosmeel*, melkeiwitconcentraat, biologisch zonnebloemeiwit*, Kip-eiwitpoeder, citrusvezel, bakmiddel: natriumbicarbonaat, zuurteregelaar: natuurlijk glucono-delta-lacton, aroma, zoetstof: sucralose. (*deels ontolied)

EENVOUDIGE BEREIDING: Voor *pannenkoeken* een portie (35 g**) mengen met 140 ml water. Verdeel het deeg onmiddellijk in een ingevette pan en bak op middelmatig vuur tot het aan beide kanten goudbruin is. Voor *wafels* een portie (35 g) mengen met 120 ml water en het deeg bakken in een voorverwarmd, ingevet wafelijzer op middelhoog vuur.

Durchschnittliche Nährwerte fertiger Teig/ nutritional values ready dough/ Voedingswaarden afgewerkt deeg	100 g	1 Portion**/ 1 serving**/ 1 portie**
Brennwerte/ Energy/ Energie	70 kcal (293 kJ)	123 kcal (514 kJ)
Fett/ Fat/ Vetten	1,1 g	1,9 g
- davon gesättigte Fettsäuren/ thereof saturated fatty acids/ waarvan verzadigde vetzuren	0,7 g	1,2 g
Kohlenhydrate/ Carbohydrates/ Koolhydraten	1,5 g	2,6 g
- davon Zucker/ thereof sugar/ waarvan suikers	0,9 g	1,7 g
Ballaststoffe/ Roughage/ Voedingsvezels	4,3 g	7,6 g
Eiweiß/ Protein/ Eiwitten	11,7 g	20,4 g
Salz/ Salt/ Zout	0,12 g	0,22 g



4 260645 330405