

# DER ERSTE BIO-DIÄTSHAKE DER WELT! JETZT AUCH VEGAN & GLUTENFREI!



**1** 3-4 Messlöffel (ca. 50 g) TRINKKOST SLIM in einen Shaker oder Mixer geben.



**2** Mit 300 ml kühlem Haferdrink mit Calcium füllen.\*



**3** Shaker gut verschließen, 10 Sekunden kräftig schütteln und TRINKKOST genießen.

## Hier steckt Liebe drin

Mit viel Herzblut und Arztwissen haben wir TRINKKOST SLIM entwickelt. Wie genau, bleibt unser Geheimrezept. Sicher ist: Hier stecken alle wichtigen Nährstoffe drin. Außerdem ist jede Frucht, jedes Gemüse, jede Nuss, jeder Samen und jedes Superfood 100 % Bio. Frei von falschen Versprechen, synthetischen Vitaminen oder künstlichen Aromen. Wir sind die Guten. Vergleich selbst mit den Inhaltsstoffen anderer Anbieter.

- ✓ Hilft, dein Wunschgewicht zu erhalten
- ✓ Frei von synthetischen Vitaminen
- ✓ Obst, Nüsse und Gemüse in Rohkostqualität
- ✓ Angenehmer Schokogeschmack
- ✓ Mit knackigen Nussstückchen zum Kauen

## Das solltest du beachten

Die SLIM-Diät, mit dem Ersetzen von zwei der täglichen Mahlzeiten, kann nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung den angestrebten Zweck erfüllen. Andere Lebensmittel müssen Teil des Speiseplans sein. SLIM ist daher kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise, aber ein Teil davon. Diätische Ergebnisse sollen ohne ärztlichen Rat nicht länger als drei Wochen eingenommen werden. Personen, die körperlich hohe Leistungen erbringen, haben einen erhöhten Proteinbedarf und 3-4 EL SLIM tragen dazu bei, einen Teil davon sicherzustellen. Wir empfehlen, täglich 2-3 L Wasser zu trinken. Die Diät sollte nicht länger als drei Wochen erfolgen. Wer die Ernährung nach der Diät nicht dauerhaft umstellt, kann nicht sicherstellen, dass er auch weiter sein Wunschgewicht halten wird.

Zur Gewichtserhaltung nach der Diät empfehlen wir TRINKKOST COMPLETE.

## Leckere Rezepte & Abnehmtipps

Inspiration, Tipps und leckere Rezepte für Deine Diät gibt es auch auf [www.trinkkost.de](http://www.trinkkost.de)

500 g	Zutaten
	Erbseiprotein <sup>1</sup> , Sonnenblumenkernprotein <sup>1</sup> , Agavendicksaftpulver <sup>1</sup> , Kakao <sup>1</sup> , gehäckselte Walnuss <sup>1</sup> , Karottenpulver <sup>1</sup> , Gummi Arabicum, Flohsamenschalenpulver <sup>1</sup> , Chlorella <sup>1</sup> , Pilz-pulver <sup>1</sup> (Agaricus Bisporus), Acerolakirschepulver <sup>1</sup> , Guavenextrakt <sup>1</sup> , Zitronenschalen-extrakt <sup>1</sup> , Basilikumextrakt <sup>1</sup> , Braunalge <sup>1</sup> (Ascophyllum Nodosum), natürliches Aroma, natürliches Vitamin E.

## Kann Spuren von Nüssen und Hafer enthalten.

<sup>1</sup>Aus kontrolliert biologischem Anbau. Eine Portion sind 50 g. Enthält 10 Portionen.

Kühl, trocken und lichtgeschützt lagern. Mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.

- ✓ Ohne Soja
- ✓ GMO-frei
- ✓ Laktosefrei
- ✓ Pestizidfrei
- ✓ Vegan

Trinkkost GmbH / Eupener Straße 165 / D 50933 Köln  
tel.: 0221 588 770 90 mail: [halle@trinkkost.de](mailto:halle@trinkkost.de)  
web: [www.trinkkost.de](http://www.trinkkost.de)



DE-OKO-006  
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft



e 500g

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion <sup>3</sup>	% GDA <sup>2</sup> pro Portion <sup>3</sup>
Energie (kJ (kcal))	1442,6 (344,8)	1311,3 (313,4)	16 %
Fett	7,4 g	7,6 g	11 %
davon gesättigte Fettsäuren	1,4 g	2,2 g	11 %
- einfach ungesättigte Fettsäuren	1,1 g	1,7 g	5 %
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,0 g	13,5 g	84 %
Kohlenhydrate	25,4 g	36,7 g	14 %
davon Zucker	15,9 g	19,3 g	21 %
Ballaststoffe	13,0 g	8,9 g	36 %
Eiweiß	38,5 g	20,2 g	40 %
Vitamin A	0,5 mg	0,2 mg	31 %
Vitamin B1 (Thiamin)	1,7 mg	0,8 mg	76 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	1,0 mg	0,5 mg	37 %
Vitamin B6	1,5 mg	0,7 mg	52 %
Vitamin B12 (Cobalamin)	0,8 µg	0,4 µg	17 %
Vitamin C	53,1 mg	26,6 mg	33 %
Vitamin D3	3,1 µg	1,5 µg	31 %
Vitamin E	6,0 mg	6,0 mg	50 %
Niacin	11,7 mg	5,9 mg	37 %
Biotin B7	9,0 µg	4,5 µg	9 %
Pantothensäure B5	1,8 mg	0,9 mg	15 %
Folsäure	135,7 µg	67,9 µg	34 %
Calcium	52,0 mg	386,0 mg	48 %
Eisen	8,9 mg	4,9 mg	35 %
Jod	99,4 µg	49,7 µg	33 %
Kalium	1020,0 mg	510,0 mg	26 %
Kupfer	0,7 mg	0,3 mg	34 %
Magnesium	165,2 mg	82,6 mg	22 %
Mangan	2,0 mg	1,0 mg	50 %
Phosphor	430 mg	215,0 mg	31 %
Selen	40,0 µg	20,0 µg	36 %
Natrium	355,0 mg	178,0 mg	32 %
Zink	6,2 mg	3,1 mg	31 %
Cystin	0,4 g	0,2 g	
Histidin	0,5 g	0,3 g	
Isoleucin	2,1 g	1,1 g	
Leucin	3,9 g	2,0 g	
Lysin	3,6 g	1,8 g	
Methionin	0,9 g	0,5 g	
Phenylalanin	1,6 g	0,8 g	
Threonin	1,7 g	0,9 g	
Tryptophan	0,6 g	0,3 g	
Tyrosin	0,8 g	0,4 g	
Valin	2,8 g	1,4 g	

<sup>2</sup>) Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)  
<sup>3</sup>) 50 g Pulver + 300 ml Haferdrink mit Calcium

\*Die Nährwerte beziehen sich auf eine Zugabe von Haferdrink mit Calcium. Du kannst TRINKKOST SLIM auch mit einem Sojadrink, am besten mit Calcium, zubereiten. Die Nährwerte können dadurch abweichen.