

HANDMADE

# ENERGY OATSNACK

Aus dem Kraftwerk der Natur

**Ernährungstip:** Der EnergyOatSnack ist eine vielseitige Frühstücksvariante und schmeckt sogar in Milch!

Zubereitung: 200ml Milch in einer kleinen Schüssel erwärmen, den Riegel in der Folie zerbröseln, Folie aufmachen, Inhalt in die warme Milch geben und mit einer Gabel oder Löffel zerkleinern. Kurz aufquellen lassen, fertig!

Ihr EnergyOatSnack Händler:

[www.oatsnack.de](http://www.oatsnack.de)

## Das 1x1 der Haferflocken

Hafer enthält lang sättigende leicht verdauliche Kohlenhydrate und wichtige Ballaststoffe.

Der positive Einfluss der löslichen Hafer-Ballaststoffe macht dieses Getreide zudem zu einem echten "Beschützer" des Herz-Kreislauf-Systems.

Hafer enthält gegenüber anderen Getreidearten wesentlich höhere Anteile an wichtigen Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Hafer enthält hochwertiges Eiweiß mit den wichtigsten Aminosäuren (Bausteine zur Zellerneuerung) für die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

Hafer enthält essentielle (lebensnotwendige) Fettsäuren. Das Fett des Hafers besteht zu 70% aus ungesättigten Fettsäuren – davon wiederum sind allein 30% die lebenswichtige Linolsäure.

Hafer ist wichtig für gute Laune. Hafer führt zu einem vermehrten Ausstoß des Glückshormons Serotonin.

Hafer hat aufgrund seines hohen Gehaltes an hochwertigem Eiweiß, ungesättigten Fettsäuren, Vitaminen und Mineralstoffen, sowie löslichen und unlöslichen Ballaststoffen, einen sehr hohen ernährungsphysiologischen Wert.

Hafer wirkt entspannend und stimulierend bei Erschöpfung und ist das ideale Tonikum für das gestresste Nervensystem.

Hafer beruhigt auf natürliche Weise und fördert das allgemeine Wohlbefinden.

Hafer enthält Ballaststoffe zur Entgiftung und Anregung der Darmtätigkeit und ist wirkungsvoll bei der Senkung des Cholesterin-Spiegels.

Hafer enthält den Nährstoff Beta-Glucan. Beta-Glucan fördert die Abwehrkräfte gegen Viren und bakterielle Krankheiten und stärkt das Immunsystem bei körperlicher Belastung.

100g Haferflocken decken einen wesentlichen Teil unseres Tagesbedarfs an essentiellen (lebensnotwendigen) Aminosäuren.



9 Geschmacksrichtungen stehen zur Auswahl:

Latte Macchiato, Schoko, Brazil-Nut, Joghurt-Zitrone, Banane-Schoko, Kirsch-Kokos, Vanille, Joghurt, und Joghurt-Erdbeere



**Für jede körperliche und geistige Herausforderung.**



Natürlich lecker!

**Von Hand gemacht und mit Liebe gebacken.  
Das schont die Nährstoffe und erhält den Geschmack.**

Die Zutaten für EnergyOatSnack kommen nicht aus dem Labor, sondern direkt aus dem Kraftwerk der Natur. Saftige Haferflocken bilden die Basis für den EnergyOatSnack, der je nach Geschmacksrichtung mit leckeren Zutaten wie Kirschen, Beeren, Nüssen, Kokosflocken oder Joghurt verfeinert wird.

Mit durchschnittlich 60% Kohlenhydraten, 13% Eiweiß und gerade mal 7% Fett bieten Haferflocken als natürliches Nahrungsmittel vorbildliche Nährwerte. Hinzu kommen reichlich Mineralstoffe, vor allem Eisen, Magnesium und Kalzium, Vitamin E sowie Vitamine der B Komplex-Gruppe.

Bei anspruchsvollen Trainingseinheiten und gesteigertem Energiebedarf, sind die saftigen Flocken bei Sportlern und Ernährungsbewussten sehr beliebt.

Energy-Oat-Snack's sind handgemachte Naturprodukte. Das macht sie so besonders, auch für Vegetarier.



Natürlich lecker!



**Der natürlich starke Energy Snack.  
Für jede körperliche und geistige Herausforderung.**

Neben den Muskeln benötigt auch das Nervensystem ausreichend Energie. Die Kombination aus kurz-, mittel- und langkettigen Kohlenhydraten, hochwertigem Eiweiß und Vitaminen machen den EnergyOatSnack zur idealen Langzeit-Energiequelle für alle Ausdauer-, Outdoor- und Extremsportler.



Natürlich lecker!

