

Balancia

Vitalmahlzeit mit dem **Plus⁺**
für starke Anforderungen

Weitere Rezeptvorschläge und Produktinformationen
finden Sie auf der Balancia-Website unter www.balancia.de

Balancia

tolle Rezeptideen für
leckere Balancia-Shakes

RH11606DEATde



NEU
Die Innovation beim
Abnehmen



certmedica 
International GmbH

Certmedica International GmbH • Magnolienweg 17 • 63741 Aschaffenburg • Deutschland
Servicetelefon: +49 60 21 / 150 93 370

Balancia

Mit Balancia können Sie leckere Vitalmahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung zubereiten. Balancia beinhaltet ein besonderes, innovatives Kohlenhydrat – das Balancia Plus. So bleiben Sie auch während Ihrer Diät fit, konzentriert und leistungsfähig.

Abnehmen mit dem Balancia **Plus⁺**



Pulver zur
Zubereitung von
16 leckeren
Vitalmahlzeiten

NEU
Die Innovation beim
Abnehmen

- + satt, gut gelaunt und voller Energie durch den Tag
- + durch Studien belegt
- + einfach 2 Hauptmahlzeiten ersetzen, bei ansonsten kalorienarmer Ernährung

Leckere Shake-Rezepte für mehr Motivation beim Abnehmen

Sie möchten geschmackliche Abwechslung bei Ihren Shakes, denn das steigert Ihre Motivation beim Abnehmen? Dann ist Balancia die richtige Lösung für Sie. Balancia ist besonders mild und eignet sich daher wunderbar zum Mixen mit Milch, Joghurt sowie vielen verschiedenen Obstsorten und Frucht- oder Gemüseäften.

Auf den folgenden Seiten finden Sie tolle Rezeptvorschläge für köstliche Geschmacksvariationen.



Balancia ist eine Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung Erwachsener (PZN (D): 10188269, PZN (A): 4170779). Für Ihre Gesundheit ist eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise wichtig!



Multivitamin-Joghurt-Drink

Zutaten:

150 ml Multivitaminsaft

150 ml Joghurt

30 g Balancia

3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Balancia und Öl in den Multivitaminsaft einrühren, den Joghurt hinzufügen und mit einem Mixer oder Shaker alles gut durchmischen.

kcal/kJ: 271/1136

Eiweiß: 13,7 g

Kohlenhydrate: 38,7 g

Fett: 5,6 g





Himbeer-Shake

Zutaten:

150 g Himbeeren

200 ml Milch

30 g Balancia

3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Himbeeren pürieren. Balancia und Öl in die Milch einrühren, die Himbeeren dazugeben und gut durchmischen.

kcal/kJ: 278/1168

Eiweiß: 16,6 g

Kohlenhydrate: 34,6 g

Fett: 6,5 g





Banane-Orange-Buttermilch-Drink



Zutaten:

100 ml Buttermilch
150 ml Orangensaft
1 (geschälte) Banane
30 g Balancia
3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Die geschälte Banane pürieren. Balancia sowie das Öl mit Orangensaft und Buttermilch verrühren, das Bananenpüree dazugeben und alles gut durchmischen.

kcal/kJ: 326/1369
Eiweiß: 13,6 g
Kohlenhydrate: 55,7 g
Fett: 4 g





Tomaten-Drink



Zutaten:

300 ml Tomatensaft

30 g Balancia

3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Nach Belieben: Salz und Pfeffer oder Tabasco

Balancia und das Öl in den Tomatensaft einrühren und gut vermischen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer oder Tabasco würzen.

kcal/kJ: 185/784

Eiweiß: 10,2 g

Kohlenhydrate: 26,3 g

Fett: 3 g





Schoko-Drink



Zutaten:

300 ml Milch

3 TL Kakao (ungesüßt)

30 g Balancia

3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Kakaopulver und Balancia in die Milch einrühren,
Öl dazugeben und alles gut durchmischen.

kcal/kJ: 298/1245

Eiweiß: 18,3 g

Kohlenhydrate: 37,1 g

Fett: 7,7 g





Erdbeer-Shake



Zutaten:

150 g Erdbeeren

200 ml Milch

30 g Balancia

3 g Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)

Erdbeeren pürieren. Balancia und Öl mit Milch verrühren, die Erdbeeren dazugeben und gut durchmischen.

kcal/kJ: 277/1159

Eiweiß: 15,8 g

Kohlenhydrate: 35,6 g

Fett: 6,6 g

