

Bebida de soja Provamel Bio com ómega 3

Todos os benefícios nutritivos da soja e dos
ómega 3, combinados numa bebida deliciosa!



Bebida de soja Provamel Bio com ómega 3

A bebida de soja Provamel Bio com ómega 3 é saborosa, nutritiva e combina os benefícios da soja com os ácidos gordos essenciais do tipo ómega 3. Evidentemente, a soja já contém ácidos gordos do tipo ómega 6, mas esta bebida foi enriquecida com óleo de linhaça biológico, fonte natural e saudável de ómega 3. Os ómega 3 são indispensáveis a um estilo de vida activo e em forma: são vitais para os nervos, músculos e olhos, e podem ajudar a reduzir os níveis de colesterol. Um copo de bebida com ómega 3 (200ml) já fornece 30% da dose diária recomendada de ácidos gordos do tipo ómega 3. E tal como se habituou a esperar da Provamel, a bebida com ómega 3 é rica em proteínas de elevada qualidade e não contém colesterol nem lactose.



Restaurar o equilíbrio

Os ácidos gordos do tipo ómega 3 são chamados ácidos gordos essenciais. Isto significa: que o corpo não os consegue produzir, embora sejam cruciais para a saúde. Em muitos países europeus, a quantidade de ómega 3 na alimentação quotidiana é insuficiente. A bebida de soja Provamel Bio com ómega 3 pode ajudar a restaurar o equilíbrio.

Começar em força para mais um dia activo!

Começando bem e de forma saudável, já é meio caminho andado! Experimente estas ideias simples para o pequeno-almoço; fazem com que comece um dia dinâmico com o pé direito e em forma...

Receita

Muesli estaladiço (1 pessoa)

150 g muesli
3 morangos
½ banana

½ maçã, 10g passas de uva
**15 cl de bebida de soja
Provamel Bio com ómega 3**

Corte as frutas em pedaços pequenos. Junte numa taça os pedaços, o muesli e as passas de uva, e acrescente à mistura a bebida com ómega 3.

Receita

Batido saudável de banana e ananás

(1 pessoa)

Um pedaço grande de ananás
1 banana
Uma colher de chá de mel

**10 cl de bebida de soja
Provamel Bio com ómega 3**

Misture o ananás, a banana, o mel e a bebida com ómega 3 num liquidificador. Acrescente cubos de gelo para dar mais frescura e bata tudo!



Será que no futuro todos os alimentos saudáveis serão deliciosos?



Alguns alimentos saudáveis já são deliciosos hoje...

Produzir alimentos saborosos e saudáveis, com respeito pelos recursos naturais e humanos, é sem dúvida a nossa preocupação principal. Sabia que a Provamel tem mais de 25 anos de experiência na produção de produtos deliciosos de soja biológica? Mais informações em www.provamel.com



AME O SEU FUTURO