

UNICITY

Lean Complete

Proteinpulvermischung mit Erbse,
Milch und Molke



Protein ist für den Aufbau und Erhalt von Muskelmasse und starken Knochen unerlässlich. Darüber hinaus kann eine proteinreiche Ernährung bei der Gewichtskontrolle helfen, da Protein den Blutzuckerspiegel stabil hält und länger satt macht. Vielen Menschen fällt es jedoch schwer, sich ausgewogen zu ernähren und dabei sowohl hochwertiges Protein als auch essenzielle Vitamine und Mineralien zu sich zu nehmen.

Unicity Lean Complete ist die Lösung: ein ausgewogener Protein-Shake, der mit einer komplexen Mischung aus Proteinquellen, essentiellen Vitaminen und Mineralien formuliert ist. Mit Unicity Lean Complete kannst Du ganz einfach den Erhalt Deiner Muskelmasse unterstützen und Dich ausgewogen ernähren, ohne lang in der Küche stehen zu müssen. Mach mehr aus Deiner täglichen Ernährung mit Unicity Lean Complete.

Für die Gesundheit entwickelt

Wir stehen heute vor einer weltweit beispiellosen gesundheitlichen Krise. Trotz wissenschaftlicher Fortschritte in der Medizin und im Gesundheitswesen sind die Menschen ungesünder denn je.

Die gute Nachricht: Dieser allgegenwärtige globale Gesundheitsverfall ist vollständig umkehrbar. Als The Health Intervention Company hat sich Unicity der Bekämpfung der heutigen Gesundheitskrise verschrieben, indem es Produkte entwickelt, die konsequent wissenschaftlich fundiert, streng getestet und mit großer Sorgfalt hergestellt werden – alles, um Millionen von Menschen auf der ganzen Welt zu einem besseren Leben zu verhelfen.

UNICITY

Lean Complete



Eigenschaften

12g

12 g hochwertiges
Molkenprotein pro
Portion

15

15 essenzielle
Vitamine und
Mineralstoffe

5g

5 g
Ballaststoffe
pro Portion

12g

12 g
Netto-Kohlen-
hydrate pro
Portion



Reichhaltiger,
cremiger
Vanille-
geschmack

Vorteile

- Hochwertiges Protein und Ballaststoffe liefern langanhaltende Energie.
- Fördert das Sättigungsgefühl.
- Protein trägt zum Erhalt der Muskelmasse bei.
- Enthält zahlreiche Vitamine und Mineralstoffe.
- Praktische Einzelpotionspäckchen für unterwegs.

Verwendung

- Den Inhalt eines Sachets (30 g) mit 230 ml Wasser oder Milch mischen. Gut mischen und genießen.

Ideal für

- Menschen, die oft zu wenig Zeit für eine gesunde Ernährung haben.
- Aktive Personen, die fettfreie Muskelmasse erhalten und aufbauen möchten.
- Menschen, die mehr essenzielle Vitamine und Mineralien in ihre Ernährung aufnehmen möchten.
- Personen, die ihre Stoffwechselfundheit und Körperzusammensetzung unterstützen möchten.

UNICITY

Lean Complete



Versuch mal

- Gib einen Esslöffel Erdnussbutter und eine Prise Zimt in Dein Unicity Lean Complete.
- Mische Unicity Balance mit Unicity Lean Complete für einen leckeren Orange-Sahne-Geschmack und einen zusätzlichen Schub an Ballaststoffen.
- Mische Unicity Lean Complete mit Oasis und einer Tasse gefrorener Beeren. Diese beerig-leckere Kombination bietet zusätzliche Hautpflege von innen!
- Mische Unicity Lean Complete mit Chi-Oka Matcha und Super Green für extra Energie.

Wichtige Inhaltsstoffe

Nutrition Facts

20 Servings Per Container

Serving Size **1 packet (30 g)**

	Per 100 g	Per Serving
Energy	493 kcal	148 kcal
Carbohydrate	40.0 g	12.0 g
Total Sugars	3.3 g	1.0 g
Dietary Fibres	16.7 g	5.0 g
Protein	40.0 g	12.0 g
Fat	10.0 g	3.0 g
Cholesterol	33.3 mg	10.0 mg
Vitamin A	2000 mcg	600 mcg
Vitamin D	12.5 mcg	3.8 mcg
Vitamin E	22.3 mg	6.7 mg
Vitamin C	100 mg	30 mg
Thiamin	3.3 mg	1.0 mg
Riboflavin	3.3 mg	1.0 mg
Niacin	33.3 mg	10.0 mg
Vitamin B6	3.3 mg	1.0 mg
Folic Acid	500 mcg	150 mcg
Vitamin B12	3.3 mcg	1.0 mcg
Calcium	400 mg	120 mg
Sodium	467 mg	140 mg
Iodine	30.0 mcg	9.0 mcg
Iron	4.0 mg	1.2 mg
Zinc	7.7 mg	2.3 mg
Inulin	15.3 g	4.6 g
Medium Chain Triglycerides	2.0 g	0.6 g

ZUTATEN: Erbsenproteinisolat (18,3%), Verdickungsmittel (Maltodextrin), Inulin (Chicorée), Milchproteinisolat (14%), Molkenproteinkonzentrat (13,5%), milchfreie Sahne (Sonnenblumenöl, Maltodextrin, Natriumcaseinat (enthält Milcheiweiß), Mono- und Diglyceride, natürliche Tocopherole, Tricalciumphosphat), Aromastoff (Vanillearoma), Emulgator (mittelkettige Triglyceride (Palmöl)), Verdickungsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose), Geschmacksverstärker (Kaliumchlorid, Natriumchlorid), Verdickungsmittel (Gummimischung (Cellulosegummi, Xanthangummi, Carrageen)), Verdickungsmittel (Xanthangummi), Molkenproteinisolat (0,25%), Ascorbinsäure, Sucralose, Zinkgluconat, Vitamin E-Acetat, Biotin, Niacinamid, Beta-Carotin, D-Calciumpanthothenat, Folsäure, Vitamin D (Cholecalciferol), Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Cyanocobalamin.

ENTHÄLT: Erbse, Milch, Soja.

Proteinmischung: Eine präzise Mischung aus Milch- und Pflanzenproteinen für eine optimale Ernährung. Durch die Kombination dieser Proteinquellen enthält die Mischung weniger Lactose, so dass sie für Menschen mit Lactoseempfindlichkeit eher geeignet ist. Die Mischung unterstützt außerdem die stufenweise Verdauung und sorgt für eine gleichmäßige Freisetzung von Aminosäuren im Laufe der Zeit. Pflanzenproteine werden in der Regel langsamer verdaut und sind magenschonender, was die Verdauung insgesamt erleichtert.

Inulin-Ballaststoffe: Inulin-Ballaststoffe sind präbiotische Ballaststoffe, die in den Wurzeln vieler verschiedener Lebensmittel vorkommen. Sie fördern die Darmgesundheit, die Herzgesundheit und das Sättigungsgefühl. Inulin kann auch die Absorption von Calcium und Mineralien aus dem Essen erhöhen.

Vitamine und Mineralien: Unicity Lean Complete enthält viele essentielle Vitamine und Mineralien, darunter Calcium, Eisen und die Vitamine A, C, D und B.

Lean Complete

FAQ Warum sollte ich mich proteinreich ernähren?

Eine ausreichende Proteinzufuhr ist wichtig, um die Muskelmasse zu erhalten, den Stoffwechsel zu unterstützen und die Gewebereparatur und Immunfunktion zu fördern. Protein liefert die Bausteine (Aminosäuren), die der Körper braucht, um gesunde Zellen, Enzyme und Hormone zu erhalten. Bei aktiven Menschen kann eine höhere Proteinzufuhr die Erholung und das Wachstum der Muskeln unterstützen. Außerdem fördert es das Sättigungsgefühl, was bei der Gewichtskontrolle helfen kann, indem es die Gesamtkalorienaufnahme reduziert.

Für gesunde Erwachsene liegt die empfohlene Tagesmenge laut der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) bei 0,83 Gramm Protein pro Kilogramm Körpergewicht und Tag. Das bedeutet, dass eine Person, die 70 kg wiegt, täglich etwa 58 Gramm Protein benötigt. Das ist jedoch das Minimum, um einen Mangel zu vermeiden – und nicht unbedingt optimal für die Leistungsfähigkeit oder den Muskelerhalt, vor allem bei älteren Erwachsenen oder Menschen, die häufig Sport treiben. Viele Experten empfehlen eine höhere Zufuhr, etwa 1,2 bis 2,0 Gramm/kg/Tag, für Sportler, ältere Erwachsene oder Menschen, die Fett verlieren und gleichzeitig ihre Muskeln erhalten wollen.

Wann sollte ich Unicity Lean Complete trinken?

Du kannst Unicity Lean Complete jederzeit genießen.

Was ist, wenn ich schwanger bin oder stille?

Unicity testet seine Produkte nicht an schwangeren oder stillenden Frauen, daher kann das Unternehmen die Verwendung für diese Personengruppen nicht empfehlen. Wir empfehlen schwangeren und stillenden Frauen, sich in allen Ernährungsfragen, insbesondere bei Ernährungsumstellungen, von ihrem Arzt beraten zu lassen.