LINDA BEN

Prímus próteinsódavatn



Eldunartími

-

Erfiðleikastig

Auðvelt

Fjöldi

0

Lýsing

Mig langar svo að fara aðeins út fyrir það sem ég geri vanalega hér inn á þessari síðu til deila með ykkur drykk sem ég er svo hrifin af og drekk nánast á hverjum degi.

Primus er prótein sódavatn sem er létt og frískandi, ólíkt öðrum próteindrykkjum sem eru yfirleitt mjólkurblandaðir og þykkir.

Ég elska að fá mér Primus eftir æfingar þegar ég er ekki ennþá orðin mjög svöng, þá fær líkaminn mikilvæg prótein strax til að jafna sig eftir æfinguna á frísklegan hátt. Ég fæ mér einnig Primus oft yfir miðjan daginn þegar mér finnst ég þurfa að auka próteininntöku mína. Það er nefninlega svo ótrúlega mikilvægt fyrir líkamann að fá nóg af próteini en það eru 22 g af próteini í einni dós af Primus.

Það er enginn viðbættur sykur í Primus og ekkert koffein.

Primus er alveg hreinn drykkur hvað það varðar að það eru mjög fá innihaldsefni í honum (aðeins 5 innihaldsefni) og eins lítið af sætuefnum og hægt var að komast upp með. Ég fýla nefninlega ekki drykki sem eru með mikið af gervisætuefnum eða koffeini.
Innihaldsefnin í Primus eru: Kolsýrt vatn, mysuprótein (4,8%), náttúrulegt ávaxtabragðefni, sætuefni (súkralósi) og örlítið rotvarnarefni (kalíumsorbat).
Þeir koma í þremur mismunandi bragðtegundum, epla, appelsínu og sítrónu. Mér finnst þeir allir góðir og get ekki gert upp á milli.
Ég vona innilega að þú eigir eftir að prófa Primus og vonandi átt þú eftir að fýla þá eins vel og ég. Eins og er fást þeir í Hagkaup, Melabúðinni og Heimkaup.

Hráefni

—

Leiðbeiningar

1.