



Oat+ 1000Gr

Codice: Oat+-1000Gr

€ 12,51 ~~€ 13,90~~ - 10%



OAT+ - Farina di avena istantanea ultrasolubile 4+ NUTRITION

OAT+ è un prodotto a base di farina di Avena, ricca in fibre che permettono un apporto costante e a lungo termine di energia, senza provocare picchi insulinici. La farina di avena si ricava dal cereale Avena sativa, fam. Graminaceae, tramite molinatura dei semi. Contiene principalmente amido (70%), proteine (17%), grassi (7%) e fibre oltre a vitamine e Sali minerali. La percentuale di proteine è elevata se si considera che sono il 50% in più rispetto alle proteine della farina di frumento e contengono un buon quadro amminoacidico. In ambito di diete vegetariane o vegane sono un'ottima alternativa soprattutto per il loro elevato contenuto dell'amminoacido Lisina, di cui di solito sono carenti i cereali. Inoltre, la farina d'avena, è ricca di fibre che aiutano ad un corretto funzionamento dell'intestino e alla digestione. L'amido viene digerito e assorbito lentamente a vantaggio dell'indice glicemico che non presenta picchi e può essere utilizzata dai diabetici. La porzione fibrosa contiene elevate percentuali di beta glucani, molecole benefiche per la cura di determinate terapie metaboliche. I beta glucani quando si depositano nell'intestino intrappolano il colesterolo di provenienza alimentare in un gel non assorbibile che attraversa l'intestino portando via il colesterolo. Da qui la loro proprietà ipocolesterolemizzante. Infine, l'avena contiene dei composti fenolici azotati, le avenantramidi, che sono dei potenti antinfiammatori in grado di proteggere dai tumori e di inibire la proliferazione cellulare. **USO CONSIGLI PER L'USO** Si consiglia di mescolare una porzione da 50 g (un misurino colmo) in 200 ml d'acqua o altra bevanda a scelta. OAT+ può essere preso in qualsiasi momento della giornata, per gli sportivi anche subito prima o dopo l'allenamento. OAT+ può essere utilizzato anche per la preparazione di dolci. Una dieta variata ed equilibrata ed uno stile di vita sano sono importanti. **MODALITÀ DI CONSERVAZIONE** Conservare in luogo fresco e asciutto ed al riparo da fonti di calore dirette. **CONSIGLI PER LA PREPARAZIONE DI 2 PANCAKE:** 1. Aggiungere 50 g di preparato (un misurino colmo) a 100 ml\* di acqua fredda. 2. Mescolare delicatamente con una forchetta fino ad ottenere una pastella liscia ed omogenea. 3. Lasciare riposare per alcuni minuti. 4. Scaldare una padella antiaderente con un leggero strato di olio. 5. Appena la pentola è calda, aggiungere metà della pastella nella padella; quindi ripetere per realizzare 2 pancake. 6. Cuocere a fuoco basso per due minuti, poi capovolgere e cuocere per altri due minuti fino a quando il pancake non è uniformemente dorato su entrambi i lati. 7. Estrarre i pancake dalla padella e consumare con il condimento preferito. \* Il contenuto di acqua varia a seconda della consistenza desiderata.

#### VALORI NUTRIZIONALI

Per porzione: 50 g

#### Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/oat-1000gr>

Valore energetico

192 Kcal

Grassi

3,3 g

- di cui saturi

0,9 g

Carboidrati

32 g

- di cui zuccheri

0,5 g

Proteine

6,5 g

Sale

<0,01 g

Fibre

4,7 g

INGREDIENTI

Avena, cacao magro in polvere (ove presente), aroma, edulcorante: sucralosio.

Può contenere altri cereali contenenti glutine, arachidi, frutta a guscio (noci, nocciole, mandorle, pistacchi, anacardi), semi di sesamo, uova, latte, soia.

Modo d'uso

Si consiglia il consumo in base alle necessità.

Avvertenze

L'assunzione non deve superare la dose giornaliera consigliata. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata ed un sano stile di vita. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni.

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/oat-1000gr>



**Caratteristiche**

Marca  
Formato

4+ Nutrition  
1000Gr

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/oat-1000gr>