

# Eiweiß <sup>Low Carb</sup> Beck

Geeignet  
auch als Abend-  
mahlzeit für das Er-  
nährungskonzept nach  
Dr. Pape. Jetzt täglich  
frisch in unseren  
Ffilialen!

Geniale 26% Eiweiß –  
Minimale 7% Kohlenhydrate

**Der Beck**

Natürlich aus Franken

[www.der-beck.de](http://www.der-beck.de)

# Kleines Brot mit großer Zukunft!

Die Sensation ist klein, knusprig und äußerst schmackhaft. Ihr Name: EiweißBeck. Die Bezeichnung, die so unspektakulär daher kommt, ist Programm, denn genau das steckt in bisher unbekannter Hülle und Fülle darin: Das neue Produkt weist einen 5-mal höheren Eiweißanteil auf als herkömmliche Weizen- oder Roggenmischbrote, umgekehrt wurde sein Kohlenhydratanteil um das 5 bis 6-fache reduziert. Damit ist es auch als Abendmahlzeit im Rahmen des Ernährungskonzeptes von Dr. Detlef Pape geeignet, das unter dem Titel „Schlank-im-Schlaf“ bekannt ist. Dieses Ernährungskonzept sieht gerade für den Abend die

Reduzierung von Kohlenhydraten zugunsten einer überwiegend eiweißhaltigen Nahrung vor. Das EiweißBeck – man könnte auch sagen: das Steak in Brotform – ermöglicht aber auch allen anderen die „klassische“ Brotmahlzeit, die bei ihrer Ernährung auf Brot verzichten, um weniger Kohlenhydrate und stattdessen mehr Eiweiße zu sich zu nehmen. Das kleine Brot-Wunder enthält eine besonders hochwertige Eiweißmischung aus Weizen-, Soja- und Lupinen-Eiweiß und strotzt nur so von reichhaltigen Ballaststoffen. Für Anhänger von Low-Carb-Ernährungskonzepten heißt es nun endlich wieder: Es lebe das Abendbrot! – Das EiweißBeck!



## Beispielhaftes EiweißBeck-Rezept für 2 Personen

Pro Portion: 281 kcal / 34,6 g EW / 10,1 g F / 8,7 g KH

### Zutaten

100 g Bündnerfleisch  
20 g Frischkäse (4%)  
4 Sch. EiweißBeck (=140 g)

### Meerrettich-Basilikum-Quark

100 g Magerquark  
5 g Meerrettich, frisch  
15 g Basilikumblätter  
Salz, Pfeffer, Koriander

### Die Zubereitung

Zunächst den Meerrettich-Basilikum-Quark zubereiten: Basilikumblätter waschen, ausschütteln und in feine Streifen schneiden. Meerrettich schälen und auf einer nicht ganz feinen Reibe reiben. Nun geriebenen Meerrettich und Basilikum mit dem Quark vermengen und mit Koriander, Salz und Pfeffer abschmecken. Vier Scheiben EiweißBeck dünn mit dem Frischkäse bestreichen. Das Bündnerfleisch auf den Brotscheiben verteilen.

**TIPP:** Anstatt Bündnerfleisch können Sie auch Bressaola nehmen. Das belegten EiweißBeck zusammen mit dem Meerrettich-Basilikum-Quark servieren.



# Nährwertanalyse

Das EiweißBeck enthält durchschnittlich pro 100 g:

Energie	1034 kJ/248 kcal
Eiweiß	26,0 g
Fett	10,3 g
davon gesättigt	1,3 g
Kohlenhydrate	7,4 g
davon Zucker	0,7 g
Ballaststoffe	10,0 g
Natrium	0,4 g

EiweißBeck Low Carb

## Zutaten

Wasser, Eiweißmischung (Weizeneiweiß, Sojaweiweiß, Lupineneiweiß), Sojaschrot, braune und gelbe Leinsaat, Sonnenblumenkerne, Sojamehl, Weizenvollkornmehl, Weizenspeisekleie, Apfelfaser, Hefe, Sesam, Salz, geröstetes Gerstenmalzmehl

100 g verzehrfertiges Produkt entsprechen 0,62 BE 1 BE entspricht 162 g Produktgewicht

*Hinweis: enthält Gluten, Soja, Sesam und Lupine. Kann Spuren von Milch und Haselnüssen enthalten.*

Aufbewahrungstipp



Wer sein EiweißBeck am liebsten schon geschnitten kauft, sollte es in den Kühlschrank legen. So bleiben die einzelnen Scheiben lange frisch und lecker. Ansonsten lassen Sie das Brot am besten offen liegen oder bewahren es in einer Papiertüte auf. Da das EiweißBeck einen hohen Feuchtigkeitsgehalt hat, sollte man wegen Schimmelgefahr auf Kunststoffbeutel oder geschlossene Kunststoffbehälter lieber verzichten.

## Der Beck GmbH

Am Weichselgarten 12 ■ 91058 Erlangen ■ Tel. 09131-7783-0  
Fax 09131-7783-19 ■ info@der-beck.de ■ www.der-beck.de