

How to prepare protein coffee?

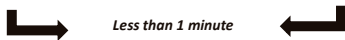


Český návod na druhé straně.

Classic Iced - to have cold and refreshing:
Mix sachet (20g) in 200ml of cold water or milk and stir with a spoon or shake in a shaker. Pour mixed drink into a cup of ice and enjoy!

Classic Hot - to have warm and satisfying:
Mix sachet (20g) with 200ml of hot water at your desired temperature and stir with a spoon or shake in a shaker.

Frappé Style – to have blended and desiring:
Put sachet to blender with 200ml of cold water, milk or milk-substitute and a cup of ice cubes. Blend until desired consistency is reached.



WPC 80 BCAA®



About BCAA whey protein.

In protein coffee we use whey BCAA protein. It is purely natural protein without any additives produced directly from milk of grass-fed cows in the mountain area of Central Slovakia. Whey protein concentrate is widely considered to be the most efficient and economical form of protein for the human body to digest and use. Whey protein concentrate is micro-filtered and not heat treated to produce ultra pure protein. Whey protein concentrate is rich in both BCAA's (Branched-chain amino acids) and Glutamine. In fact whey protein is one of a few sources that naturally contain all 20 amino acids, making it a complete protein. That makes it the ideal protein to help build muscle size, speed up recovery time and also to boost your immunity system.

There is synergy effect of protein with coffee like help to suppress the appetite or wake up boost before morning workout.

Protein coffee is:

- High in protein (42% of energy from proteins)
- Source of fibre
- Without added salt
- Low in fat
- Low in saturated fat
- Source of calcium
- Source of Vitamin D



Calcium contributes to normal muscle function and maintenance of normal bones.

Vitamin D contributes to normal absorption and utilisation of calcium, maintenance of normal muscle function and normal function of the immune system.

Protein contributes to growth in muscle mass, maintenance of muscle mass, maintenance of normal bones.

Keep in dry place below 25°C.
www.darkoff.com



Jak si připravit proteinovou kávu?

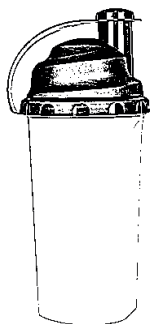
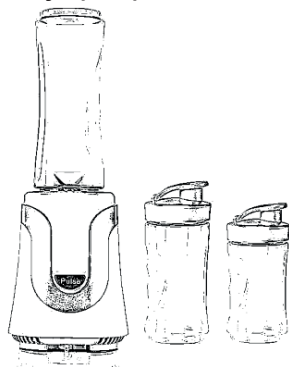


For English see first page.

Proteinovou kávu lze připravit jako teplý i studený osvěžující nápoj.

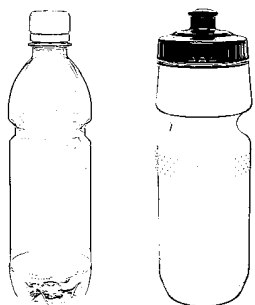
Pro dokonalé promíchání je nejlepší použít:

1) smoothie mixér
nebo stolní mixér
Nalejete vodu, nasypete
nápoj, zavřete,
umixujete a můžete pít

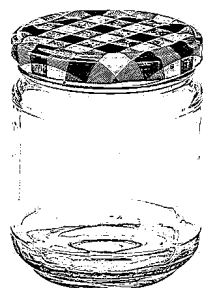


2) Klasický šejkr
Nalejete vodu, nasypete
nápoj, zavřete
a protřepete.
Nejdéle se rozpouští
nerafinovaný třtinový
cukr.

3) elektrický šlehač na mléko
nebo klasický šlehač
Do sklenice nalejte vodu,
nasypete nápoj
a promíchejte šlehačem
do požadované konzistence.



4) cyklistickou
nebo běžnou PET láhev
Do vody nasypete nápoj
a protřepete, až přestane
štěrkat třtinový cukr.
Můžete pít přímo z láhve.



5) zavařovací sklenici
s víčkem
Nalejte vodu, nasypete
nápoj, pečlivě uzavřete
a protřepete. Při důkladném
třepání se vytvoří
bohatá pěna.



Empty
the bag



Add
water



Stir or
shake



Enjoy the
drink



Go



BCAA syrovátkový protein

V proteinové kávě používáme BCAA syrovátkový protein, který pochází ze středního Slovenska z mléka krav s volným přístupem na pastvinu.

Syrovátkový protein se považuje pro lidské tělo za jednu z nejlépe vstřebatelných bílkovin. Syrovátkový proteinový koncentrát prochází mlékofiltrací a není tepelně ošetřen. Je bohatý jak na BCCA aminokyseliny tak na glutamin. Syrovátkový protein je jedním z mála zdrojů bílkovin, který přirozeně obsahuje všech 20 aminokyselin. Tím se řadí mezi kompletní bílkoviny. Proto je ideální k podpoře růstu svalů a ke zkrácení rekonvalescence po cvičení.

Spolu s kávou pomáhá potlačit chuť k jídlu a je ideálním povzbuzením před tréninkem.



Less than 1 minute



WPC 80 BCAA®