

How to prepare soy protein drink with milk?

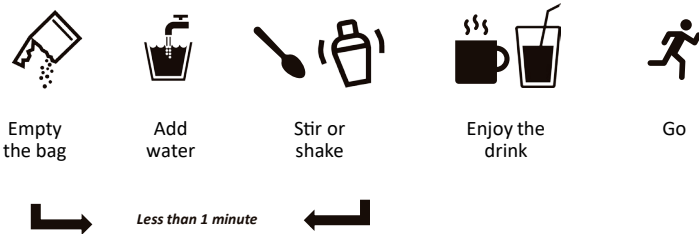


Český návod na druhé straně.

**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 cup. 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 cup.

**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.



About the Soy and Demerara.

The soy is a species of legume native to East Asia. Soybeans are an exceptional source of essential nutrients especially protein, dietary fiber, iron, manganese, phosphorus and several B vitamins including folate.

Soybeans are source of complete protein since they provide all of the essential amino acids. US FDA granted a health claim that 25 grams of soy protein a day, as part of a diet low in saturated fat and cholesterol, may reduce the risk of heart disease. Soy protein drink is low in fat and saturated fat as well.

In Vitality line drinks we use demerara cane sugar. Demerara sugar is unrefined cane sugar made during the first pressing of the sugarcane. It contains around 93% of sucrose and molasses, which gives to Demerara sugar distinctive flavour and colour.

Soy drink with milk is:

- High in protein (41 g per 100 g)
- Source of fibre
- Without added salt
- Low in fat and 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.

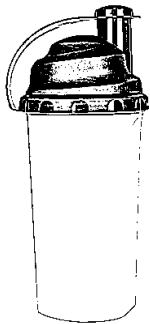
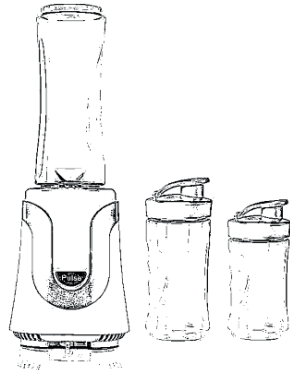
**Protein** contributes to growth in muscle mass, maintenance of muscle mass, maintenance of normal bones.

Keep in dry place below 25°C.  
[www.darkoff.com](http://www.darkoff.com)

## Jak si připravit proteinový sójový nápoj?

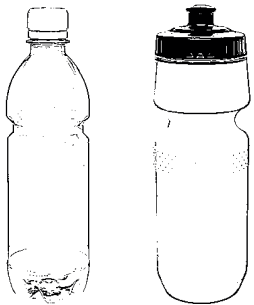
Proteinový sójový nápoj s mlékem si lze připravit jako teplý i studený osvěžující.  
Pro dokonalé promíchání je nejlepší použít:

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



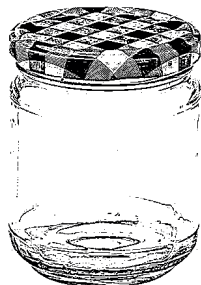
2) Klasický šejkr  
Nalejete vodu, nasypete  
nápoj, zavřete  
a protřepete.  
Nejdéle se rozpouští  
nerafinovaný třtinový  
cukr.

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



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

5) zavařovací sklenici  
s víčkem  
Nalejte vodu, nasypete  
nápoj, pečlivě uzavřete  
a protřepete.



For English see first page.



Proč sója a nerafinovaný cukr Demerara?

Sója je luštěnina s vysokým obsahem proteinů, vlákniny, železa, manganu, fosforu a několika vitamínů skupiny B včetně kyseliny listové. Sójové boby jsou zdrojem kompletního proteinu, tzn., že obsahují všechny esenciální aminokyseliny. Americká FDA schválila zdravotní tvrzení, že 25 gramů sójového proteinu denně při zachování zdravého životního stylu může snížit riziko srdečních chorob. Sójový proteinový nápoj je s nízkým obsahem tuků včetně nasycených.

V sójovém proteinovém nápoji je použit nerafinovaný třtinový cukr Demerara. Je to cukr, který se vyrábí z prvního lisování cukrové třtiny. Obsahuje 7% melasy, což mu dodává specifickou nahnědlou barvu a chuť.



Empty  
the bag



Add  
water



Stir or  
shake



Enjoy the  
drink



Go



Less than 1 minute



WPC 80 BCAA®

