

O QUE VOCÊ
VAI FAZER
AMANHÃ?

#ENERGYZE-SE



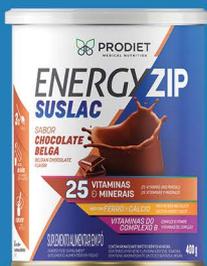
25 VITAMINAS
& MINERAIS

RICO EM
FERRO E CÁLCIO

VITAMINAS DO
COMPLEXO B



PRODIET
MEDICAL NUTRITION



ALGUMAS RECEITAS QUE VOCÊ PODE
EXPERIMENTAR USANDO O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR CHOCOLATE:

SMOOTHIE DE CHOCOLATE E BANANA

INGREDIENTES

1 banana madura

3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor chocolate

1 colher de sopa de pasta de amendoim

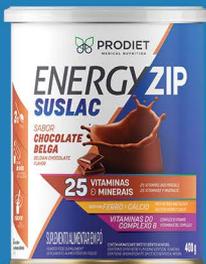
1 xícara de chá de leite (pode ser leite de vaca - integral, semi
desnatado, desnatado, com ou sem lactose ou leite vegetal)

Gelo a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes no liquidificador
e bata até obter uma consistência cremosa.





ALGUMAS RECEITAS QUE VOCÊ PODE
EXPERIMENTAR USANDO O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR CHOCOLATE:

MINGAU DE AVEIA COM CHOCOLATE E MORANGOS

INGREDIENTES

1/2 xícara de chá de aveia

1 xícara de chá de leite (pode ser leite de vaca – integral, semi desnatado, desnatado, com ou sem lactose ou leite vegetal)

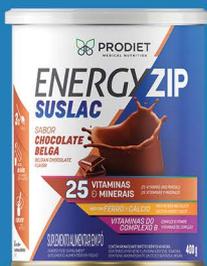
3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor de chocolate

Morangos frescos para decorar

MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque o leite, a aveia e mexa até engrossar. Em seguida, desligue o fogo e adicione o Energyzip Suslac sabor chocolate e misture até ficar homogêneo. Decore com morangos picados. Sirva quente ou gelado.





ALGUMAS RECEITAS QUE VOCÊ PODE
EXPERIMENTAR USANDO O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR CHOCOLATE:

PANQUECAS DE CHOCOLATE

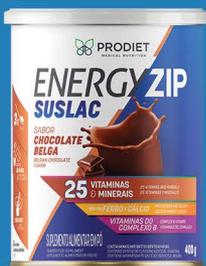
INGREDIENTES

- 1 xícara de chá de farinha de trigo ou farinha de aveia
- 1 xícara de chá de leite (pode ser leite de vaca – integral, semi desnatado, desnatado, com ou sem lactose ou leite vegetal)
- 2 colheres de sopa de cacau em pó
- 1 ovo
- 1 colher de chá de fermento químico em pó
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor chocolate

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, adicione a farinha, o leite, o cacau e o ovo. Misture bem até formar uma massa homogênea. Acrescente o fermento químico em pó e misture na massa. Em uma frigideira untada acrescente um pouco de massa e cozinhe dos dois lados até dourar. Reserve as panquecas. Em um pote pequeno coloque o Energyzip Suslac sabor chocolate e acrescente água filtrada aos poucos até obter consistência de calda. Cubra as panquecas com a calda de chocolate.





ALGUMAS RECEITAS QUE VOCÊ PODE
EXPERIMENTAR USANDO O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR CHOCOLATE:

TRUFAS DE CHOCOLATE COM NOZES

INGREDIENTES

200g de chocolate meio amargo

1/2 caixinha de creme de leite

3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor chocolate

1 xícara de nozes picadas

MODO DE PREPARO

Coloque o chocolate em um recipiente de vidro e derreta em banho-maria. Em seguida, acrescente o creme de leite e misture até ficar homogêneo. Aguarde até que a mistura esfrie e acrescente o Energyzip Suslac sabor chocolate. Misture o suplemento e leve à geladeira até firmar. Retire da geladeira e faça pequenas bolinhas. Envolve com nozes picadas.





EXISTEM VÁRIAS MANEIRAS CRIATIVAS DE INCORPORAR ENERGYZIP SUSLAC SABOR MORANGO EM SUAS RECEITAS. ALGUMAS IDEIAS PARA VOCÊ EXPERIMENTAR:

PANQUECAS DE MORANGO

INGREDIENTES

- 1 xícara de chá de farinha de trigo ou farinha de aveia
- 1 xícara de chá de leite (pode ser leite de vaca – integral, semi desnatado, desnatado, com ou sem lactose ou leite vegetal)
- 1 ovo
- 1 colher de chá de fermento químico em pó
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor morango

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, adicione a farinha, o leite, o cacau e o ovo. Misture bem até formar uma massa homogênea. Acrescente o fermento químico em pó e misture na massa. Em uma frigideira untada acrescente um pouco de massa e cozinhe dos dois lados até dourar. Reserve as panquecas. Em um pote pequeno coloque o Energyzip Suslac sabor morango e acrescente água filtrada aos poucos até obter consistência de calda. Cubra as panquecas com a calda de morango.





EXISTEM VÁRIAS MANEIRAS CRIATIVAS DE INCORPORAR ENERGYZIP SUSLAC SABOR MORANGO EM SUAS RECEITAS. ALGUMAS IDEIAS PARA VOCÊ EXPERIMENTAR:

PUDIM DE MORANGO COM CHIA

INGREDIENTES

- 2 colheres de sopa de sementes de chia
- 1 xícara de chá de leite de coco
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor morango
- Morangos frescos para decorar

MODO DE PREPARO

Em um refratário misture as sementes de chia, o leite de coco e o Energyzip Suslac sabor morango. Deixe descansar na geladeira por aproximadamente 12 horas. Retire da geladeira e decore com morangos. Sirva gelado.





ALGUMAS RECEITAS QUE VOCÊ PODE
EXPERIMENTAR USANDO O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR CHOCOLATE:

CREPES DE MORANGO COM CREME DE QUEIJO

INGREDIENTES

Massa

- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 2 ovos
- 1 1/4 xícaras de chá de leite (pode ser leite de vaca – integral, semi desnatado, desnatado, com ou sem lactose ou leite vegetal)
- 2 colheres de sopa de açúcar

Recheio

- 200g de queijo cremoso (cream cheese)
- 1/4 xícara de chá de açúcar de confeitiro
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor morango
- Morangos fatiados

MODO DE PREPARO

Em um refratário misture todos os ingredientes da massa e reserve. Unte uma frigideira, coloque um pouco de massa e doure dos dois lados. Em outro recipiente prepare o recheio. Coloque o creme de queijo, o Energyzip Suslac sabor morango e os morangos fatiados. Recheie os crepes e sirva!





AQUI ESTÃO ALGUMAS IDEIAS DE RECEITAS
QUE INCORPORAM O SUPLEMENTO
ENERGYZIP SUSLAC SABOR BAUNILHA:

SMOOTHIE DE BAUNILHA E FRUTAS TROPICAIS

INGREDIENTES

- 1 xícara de chá de manga congelada
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor baunilha
- 1/2 banana
- 1 xícara de chá de água de coco
- Gelo a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes no liquidificador ou mixer e bata até obter uma mistura cremosa.





AQUI ESTÃO ALGUMAS IDEIAS DE RECEITAS QUE INCORPORAM O SUPLEMENTO ENERGYZIP SUSLAC SABOR BAUNILHA:

IOGURTE COM GRANOLA E BAUNILHA

INGREDIENTES

- 1 unidade de iogurte grego
- 3 colheres de sopa de Energyzip Suslac sabor baunilha
- Granola a gosto

MODO DE PREPARO

Misture o iogurte com o Energyzip Suslac sabor baunilha. Sirva com granola por cima se desejar.



CUIDE DA SUA SAÚDE PARA VIVER UM AMANHÃ CHEIO DE ENERGIA.

Nós estamos vivendo cada vez mais. E hoje, depois dos 40 anos, ficamos muito mais ativos do que as últimas gerações. Mas para viver o amanhã com mais energia, é fundamental o cuidado com a saúde e a alimentação.

Por isso, a suplementação alimentar é tão importante.

Estudos mostram que a incorporação de uma refeição enriquecida com diferentes fontes proteicas, inclusive as proteínas lácteas, na dieta habitual, pode resultar na melhoria da saúde cardiometabólica e na prevenção do desenvolvimento de doenças.¹

Além disso, a ingestão da quantidade correta de cálcio, pode diminuir o risco de osteoporose e hipertensão.^{2,3}

O EnergyZip Suslac possui uma composição rica e fonte de vitaminas e minerais, oferecendo um complemento nutricional abrangente para o dia a dia, mantendo o seu organismo forte, funcional e ativo.⁴

COM O ENERGYZIP SUSLAC

VOCÊ VIVE AS
POSSIBILIDADES
DO AMANHÃ.



*Cremoso e saboroso
para consumir.*

Conheça mais sobre o
ENERGYZIP SUSLAC!



Prodiet
em **CASA**

Tel: 0800 702 8845
emcasa@prodiet.com.br

PRODIET
MEDICAL NUTRITION

 prodietnutrition.com

 @prodietmedicalnutrition

Referências:

1. Fekete AA, Givens DJ, Lovegrove JA. As proteínas do leite podem ser uma ferramenta útil na gestão da saúde cardiometabólica? Uma revisão atualizada dos ensaios de intervenção humana. Proc Nutr Soc. Agosto de 2016;75(3):328-41. 2. Rice BH, Cifelli CJ, Pikosky MA, Miller GD: Componentes lácteos e fatores de risco para síndrome cardiometabólica: evidências recentes e oportunidades para pesquisas futuras. Adv Nutr. 2011, 2 (5): 396-407. 3. Kris-Etherton PM, Grieger JA, Hilpert KF, West SG: Produtos lácteos, padrões alimentares e controle da pressão arterial. J Sou Coll Nutr. 2009, 28 (S1): 103S-119S. 4. MARTINEZ, Sílvia. A nutrição e a alimentação como pilares dos programas de promoção da saúde e qualidade de vida nas organizações. O mundo da saúde, v. 37, n. 2, p. 201-207, 2013.