

KOT PANCAKE



La préparation pancake KOT se consomme dans le cadre de la méthode minceur KOT comme dans l'entretien de votre poids. Elle favorise la satiété et la perte de poids tout en préservant votre capital musculaire.

+	+	-	-	IG BAS**
SATIÉTÉ	MINCEUR	CALORIES	RONDEURS	INDEX GLYCÉMIQUE

EFFICACITÉ PROUVÉE CLINIQUEMENT*

** Analysé selon la méthode d'Englyst in Vitro. Plusieurs études montrent qu'une alimentation à index glycémique bas tend à diminuer le stockage des graisses.

KOT MINCEUR

Mode de préparation :

Préchauffer une minute une poêle à revêtement non adhésif à feu moyen. Mélanger le contenu d'un sachet dans un bol ou un shaker avec 75 ml d'eau froide, et verser cette pâte dans la poêle chaude. Laisser cuire 4-5 minutes. Retourner le pancake et laisser cuire 2 minutes. Pour obtenir une crêpe : procéder de la même façon mais avec 110 ml d'eau froide.

La Méthode KOT

KOT phase INTENSIVE		Une efficacité sur la perte de poids cliniquement prouvée : *étude KOT 2007 réalisée sur la gamme des sachets en-cas KOT consommés dans le cadre de la méthode KOT à 1200 kcal par jour.	
Petit-Déjeuner	Déjeuner	Collation	Dîner
1 préparation KOT (1) Thé ou café sans sucre 2 tranches de pain "tradition" (30 g) 1 fruit	Crudités + 1c.s d'huile (mélange olive et colza) Viande maigre ou poisson Légumes cuits 1 fruit	1 préparation KOT (1) 1 boisson sans sucre	2 préparations KOT (1) Crudités + 1c.s d'huile (mélange olive et colza) Légumes cuits 1 laitage 0%
[1] 1 préparation KOT = 1 dosette KOT (pour les pots) ou 1 sachet en-cas KOT ou 1 Drink minceur KOT ou 1 crème minceur KOT.			

D.L.U.O : 18 mois sortie d'usine.
Conditionnement : Contient 7 sachets de 25 G.

Code ACL : 7573673
Code EAN : 3700413400073

En-cas hypocalorique hyperprotéiné appauvri en lipides dont la valeur énergétique est de 93 kcal par sachet de 25 g, avec sucre et édulcorant.

Ingredients : Protéines de lait, farine de blé, blanc d'oeuf en poudre, oeuf entier en poudre, fécule de pomme de terre modifiée, huile de coprah, chlorure de sodium, acidifiant : acide citrique, édulcorant : aspartame, poudre à lever : carbonate acide de sodium, sirop de glucose, stabilisant : e451, agent anti-mottant : e341.

Contient une source de phénylalanine (constituant naturel des protéines).

Contient : lactose, soja, oeuf, gluten.

Le compte est bon

VALEURS NUTRITIONNELLES	Pour 25 g de poudre	Pour 100 g de poudre
Valeur énergétique	93 kcal soit 394 kJ	373 kcal soit 1580 kJ
Protéines (g)	14,1	56,4
Glucides (g)	6,0	23,9
dont sucres (g)	0,4	1,6
Lipides (g)	1,4	5,7
dont acides gras saturés (g)	0,8	3,2
Fibres alimentaires (g)	0,3	1,0
Sodium (g)	0,2	0,6
Calcium (mg)	208	830
TENEURS MAXIMALES	***Pour 100 g de produit reconstitué	
Sodium	450 mg	
Potassium	260 mg	

Prix de vente conseillé : 14,50 € TTC

Prix d'achat pharmacie : 10,50 € HT

Disponibilité en pharmacies et parapharmacies : janvier 2009

Nos diététiciennes en ligne
au 0 826 30 15 25 (0,15€/min)
et sur www.kot.fr