

simplyfree®  
BALANCE

2-3  
BROTE

Meine Lieblings

# GOLDKRUSTE

Lower Carb\*

SUPER  
LECKER!

80%  
WENIGER  
KOHLENHYDRATE\*



Serviervorschlag

✓ GOLDENE KRUSTE

✓ INNEN SAFTIG WEICH

Nur rd. 2g Kohlenhydrate  
pro Scheibe



Nur Wasser  
zugeben



Handwerksqualität  
aus Deutschland



600g

Backmischung mit verringertem Kohlenhydratgehalt

\*Über 80% weniger Kohlenhydrate im Vergleich zu herkömmlichem Weizenmischbrot (46g KH/100g)

simplyfree®  
BALANCE

## BACKANLEITUNGEN GOLDKRUSTE Lower Carb\*



### BROTSTANGE

200g Backmischung + 180 ml Wasser  
vermengen und 1 Minute kneten

Arbeitsfläche mit Körnermix oder Mehl bestäuben,  
Hände befeuchten und Teig zu Brotstange formen

Brotstange auf ein Backblech absetzen, mit  
Küchentuch abdecken und 30 Minuten an  
einem warmen Ort gehen lassen

Ofen vorheizen und Stange anschließend backen

**Backtemperatur:** 180 °C Ober-/Unterhitze  
**Backzeit:** 30-40 Minuten

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

**TIPP:** Backen Sie mehrere Stangen auf einmal  
und frieren Sie einen Teil davon für später ein



### BROT LAIB

300g Backmischung + 270 ml Wasser  
vermengen und 1 Minute kneten

Arbeitsfläche mit Körnermix oder Mehl bestäuben,  
Hände befeuchten und Teig zu Brotlaib formen

Brotlaib auf ein Backblech absetzen, mit  
Küchentuch abdecken und 30 Minuten an  
einem warmen Ort gehen lassen

Ofen vorheizen und Brotlaib anschließend backen

**Backtemperatur:** 180 °C Ober-/Unterhitze  
**Backzeit:** 50-60 Minuten

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

**TIPP:** Backen Sie mehrere Brotlaibe auf einmal  
und frieren Sie einen Teil davon für später ein.

simplyfree Körperbewusste Ernährung leicht gemacht

Zutaten: WEIZENweiß, SOJAmehl, SOJAschrot, DINKELvollkornmehl, Leinsamen, Sonnenblumenkerne, SESAM, ROGGENmehl, WEIZENkleie, getrockneter Sauerteig (ROGGENmehl, fermentiert), Trockenhefe, Speisesalz, GERSTENmalzmehl.  
Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Lupine, Sesam und Schalenfrüchte verarbeitet werden.

Nährwerte	pro 100g zubereitet	pro Scheibe (25g)
Energie	1061kJ/ 254kcal	265kJ/ 63kcal
Fett	12g	3,0g
davon gesättigte		
Fettsäuren	1,6g	0,4g
Kohlenhydrate	8,0g	2,0g
davon Zucker	2,3g	0,6g
Ballaststoffe	9,1g	2,3g
Eiweiß	24g	6g
Salz	1,2g	0,3g

Alle Angaben unterliegen den bei  
Naturprodukten üblichen Schwankungen.

Backmischung kühl, dunkel  
und trocken lagern. Nach Anbruch  
stets verschließen und in  
wenigen Wochen verbrauchen.

Füllhöhe technisch bedingt.  
Ungeöffnet mindestens haltbar  
bis: Siehe Aufdruck.

**Mein Tipp für Sie:**  
Lagern Sie Ihr Brot in ein Küchentuch  
eingeschlagen im Kühlschrank. So  
bleibt es lange frisch und lecker!



Getoastet ist unser Brot  
ein besonderer Genuss!



**OFT LÄNGER GUT**  
Retten Sie Lebensmittel  
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

Jetzt nachbestellen:

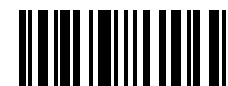
0800 29 888 88

0800 27 888 88

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf [www.simplyfree.shop](http://www.simplyfree.shop)

Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / D-82166 Gräfelfing

Backmischung



458403

Nährwerte	pro 100g	pro Portion 15g
Energie	2140kJ/ 511kcal	321kJ/ 77kcal
Fett gesamt	45g	6,8g
davon gesättigte		
Fettsäuren	9,3g	1,4g
Kohlenhydrate	13g	2g
davon Zucker	5,6g	0,9g
Ballaststoffe	32g	4,8g
Eiweiß	4,8g	0,7g
Salz	0,07g	0,01g

Mindestens haltbar bis: siehe Deckel

✓  
OHNE  
KÜNSTLICHE  
AROMEN

Natürliche  
Rohstoffe.  
Lichtgeschützt  
lagern.  
Optimale  
Aufbewahrung  
zwischen  
17°C und 24°C.  
Nach dem  
Öffnen zeitnah  
verbrauchen.



OHNE ZUCKERZUSATZ

Serviervorschlag

e 250g

Haselnuss-Creme mit Süßungsmitteln

Zutaten: Pflanzliche Öle (Rapsöl, Palmöl),  
Inulin, HASELNUSSE (13%), fettarmer Kakao,  
Süßungsmittel (Erythrit,  
Steviol-Glykoside (0,03%)), MagerMILCHpulver,  
Emulgator: SOJA-Lecithin.

Kann Spuren von anderen Nüssen enthalten.  
Übermäßiger Gebrauch kann abführend wirken.

**ECHE**  
BELGISCHE SCHOKOLADE

**OHNE ZUCKER  
ZUSATZ**

**90% WENIGER\*  
ZUCKER**

**32% BALLAST-  
STOFFE**

\*als in handelsüblicher Nuss-  
Nugat-Creme (56g Zucker/100g)

MIT LIEBE  
GEMACHT

Innoport GmbH  
Seeholzstr. 2b, D - 82166 Gräfelfing  
[www.simplyfree.shop](http://www.simplyfree.shop)