

Nährwerte	pro 100g	pro 50 g in 600 ml Wasser
Brennwert	376 kcal	188 kcal
Brennwert	1576 kJ	788 kJ
Fett	4.6 g	2.3 g
– davon gesättigte Fettsäuren	1.7 g	0,86 g
Kohlenhydrate	5 g	2.5 g
– davon Zucker	2.5 g	1.2 g
Ballaststoffe	0 g	0 g
Eiweiß	76.4 g	38.2 g
Salz	0.22 g	0.11 g
Zuckeralkohol	0 g	0 g

Aminosäure	pro 100g
Leucin	9.89 g
Lysin	8.91 g
Threonin	5.87 g
Valin	5.98 g
Isoleucin	5.76 g
Phenylalanin	3.80 g
Methionin	2.28 g
Tryptophan	1.20 g
Histidin	2.07 g
Prolin	7.28 g
Tyrosin	3.59 g
Arginin	2.72 g
Glycin	1.52 g
Cystein/Cystin	1.52 g
Glutaminsäure/ Glutamin	19.24 g
Asparaginsäure	9.35 g
Serin	4.89 g
Alanin	4.13 g