

## PRESSEINFORMATION

München, 05.02.2017

### **Eiskalter Genuss für Sportler und Ernährungsbewusste: Protami Premium Protein Eis – die moderne Alternative zu gewöhnlichem Speiseeis**

Was gibt es Schöneres, als sich als Nachtisch ein köstliches Eis zu gönnen? Doch viele verzichten aufgrund der Kalorien und des Zuckers auf diesen Genuss. Zwei Gründer aus München wollen dies ändern. Sie haben ein Eis entwickelt, das nicht nur gut schmeckt, sondern zugleich gesund ist: Protami, das Premium Protein Eis. Der Pionier unter den Proteineisarten kommt ohne Zuckerzusatz aus und verwendet ausschließlich hochwertige natürliche Zutaten. Protami enthält (pro 100 g) etwa vier Mal weniger Zucker, zwei Mal weniger Fett und vier Mal mehr Protein verglichen mit herkömmlichem Milchspeiseeis. Genau das Richtige für anspruchsvolle und bewusste Genießer. Die Eiscreme ist bereits in vielen Fitnessstudios und ausgewählten Supermärkten in Deutschland, Österreich und der Schweiz erhältlich oder online bestellbar.

„Heute will man ja beides: Fit sein und sich gesund ernähren, aber auch genießen und sich mal eine Auszeit nehmen“, so Paul Russ, Mediziner und Mitgründer von Protami. Zusammen mit seinem Partner Daniel Russ ist er Geschäftsführer von Promayro Food, dem Unternehmen hinter dem Proteineis. Die beiden Münchner wollen gesundes Leben mit Genuss verbinden und haben daher das Proteineis entwickelt. „Wir glauben: Jeder soll selbst entscheiden, ob man sich ein Eis gönnt oder nicht. Unser Ziel ist es, die Konsumenten aufzuklären und Alternativen anzubieten, um ihnen eine bewusste Entscheidung zu ermöglichen“, ergänzt Daniel Russ, der selbst ein begeisterter Sportler ist. Protami Premium Protein Eis wird durch den Verzicht von Zuckerzusatz und dem hohen Eiweißgehalt heutigen Ansprüchen an eine moderne Ernährung gerecht. So ist süßer Genuss ohne schlechtes Gewissen möglich. Die beiden Protami-Gründer produzieren ihr Proteineis mit viel Sorgfalt und Passion in Deutschland und halten bei der Herstellung höchste Standards ein.

Jeder Becher Protami enthält einen hohen Proteinanteil, bleibt unter 210 kcal und verzichtet vollständig auf einen Zuckerzusatz. „Ich habe unzählige Studien dazu gelesen, dass Zucker der größte Feind der gesunden Ernährung sei – und nicht etwa Fett. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt seit kurzer Zeit einen Zuckerkonsum von weniger als 25 g pro Tag“, erklärt Paul Russ. Daher verwenden die Eismacher zum Süßen den natürlichen und hochwertigen Zuckeraustauschstoff Xylit. Dieser enthält rund 40 % weniger Kalorien als herkömmlicher Zucker und ist zudem zahnfreundlich. Auch der hohe Eiweißgehalt der Eiscreme trägt zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung bei. Proteine gehören zu den essenziellen Nährstoffen, sie dienen dem

## PRESSEINFORMATION

München, 05.02.2017

Muskelaufbau und Muskelerhalt sowie der Zellregeneration. Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) liegt die Zufuhrempfehlung von Protein eines erwachsenen Menschen bei 0,8 g pro kg Körpergewicht. Das entspricht 64 g Protein bei einem Körpergewicht von 80 kg. Bei Sportlern, Schwangeren und Kindern ist der Bedarf sogar noch höher. Ein Protami (ca. 18 g Protein pro Becher) deckt somit knapp 30 % des durchschnittlichen Tagesbedarfs eines Erwachsenen.

### Natürlich fit genießen

Schon im Namen spiegelt sich der Leitgedanke der Münchner Gründer wider: Das Wort „Protami“ stammt aus dem Lettischen und bedeutet „natürlich“. Denn das Eis kommt ohne künstliche Zusätze, Aromen und Farbstoffe aus. Die gesunde Süßspeise ist zudem vegetarisch und glutenfrei. Paul und Daniel Russ legen darüber hinaus besonderen Wert auf Hochwertigkeit: Protami besteht ausschließlich aus sorgfältig ausgewählten Zutaten. Der Anspruch an Qualität und Natürlichkeit findet sich zudem in der Verpackung wieder, die vollständig auf Plastik verzichtet und stattdessen auf einen Becher aus recycelbarem Material mit Holzlöffel setzt. Geschmacklich unterscheidet sich das Proteineis kaum von hochwertigem Speiseeis, es schmeckt lediglich etwas weniger süß. Protami ist bereits in vier verschiedenen Geschmacksrichtungen erhältlich: Ob Chocolate Chip, Vanilla Strawberry, Peanut Chocolate Chip oder Banana Chocolate Chip – hier ist für jeden Eisfan etwas dabei. Egal ob beim puren Genuss der kühlen Erfrischung oder bei der Verfeinerung von Pancakes oder anderen Süßspeisen: Der Fantasie, dem Geschmack und dem Genuss sind keine Grenzen gesetzt – der Kalorienaufnahme dagegen durchaus.

### Wer hinter dem Proteineis steckt

Paul Russ und Daniel Russ beschlossen an einem sonnigen Apriltag 2014 nach ihrem Workout die ersten warmen Sonnenstrahlen des Jahres bei einem Eis zu genießen. Das Problem: Als ernährungsbewusste Sportler verzichteten sie weitgehend auf Zucker. Kurzerhand entwickelten die beiden Münchner in der eigenen Küche mit der Eismaschine eine gesunde und proteinhaltige Alternative. Das Proteineis Protly war geboren, das sie 2016 zum Nachfolger Protami weiterentwickelten. Protami wird unter dem Dach der von den beiden gegründeten Firma Promayro Food vertrieben. In den Gründern verbinden sich die Blickwinkel von Medizin und Sport: Paul kennt sich als Allgemeinmediziner genau damit aus, was der Körper braucht, welche Stoffe gesund und welche schädlich sind. Daniel nimmt als Sportler sehr viele Proteine zu sich und bringt dadurch das Wissen mit, wie eine eiweißreiche Ernährung den Körper stärken kann.

Mehr Informationen zu den Gründern und Protami auf [www.protami.de](http://www.protami.de)