ماست ایسلندی کاله محصولی بسیار کم کالری مناسب افراد تحت رژیم درمانی



هر بسته ۴۰۰ گرمی ماست ایسلندی کاله ۳۶ گرم پروتئین و تقریبا صفر گرم چربی وجود دارد که محصولی بسیار کم کالری به حساب می‌آید

به گزارش پایگاه خبری **صنعت غذا و کشاورزی**(اگروفودنیوز)،ماست بواسطه دارا بودن باکتری‌های مفید، به سیستم گوارش در فرآیند هضم کمک زیادی می‌کند.

ماست ایسلندی علاوه بر صفر بودن محتوای چربی، حدود سه برابر ماست‌های عادی پروتئین دارد.

این ماست بافتی منسجم و طعمی لذیذ دارد و هر ظرف آن می تواند بخش زیادی از پروتئین مورد نیاز روزانه بدن را تامین کند.



در هر بسته ۴۰۰ گرمی **ماست ایسلندی کاله** ۳۶ گرم پروتئین و تقریبا صفر گرم چربی وجود دارد که محصولی بسیار کم کالری به حساب می‌آید و می تواند جایگزین خوبی برای ورزشکاران و افراد با رژیم‌های خاص باشد. از ماست ایسلندی به‌عنوان یک وعده غذایی کامل همراه با میوه و… می‌توان استفاده کرد.