



MuleBar ist ein amerikanischer Hersteller von Nahrungsmitteln für Sportler. Sie heben sich von den anderen Herstellern ab, in dem sie für ihre Produkte möglichst nur biologische Rohstoffe nutzen, sowie *Fairtrade* und *Organic Soil Association* unterstützen.

Gleichzeitig wird ein Teil des gezahlten Betrages an diverse Organisationen gespendet, die sich mit dem Schutz von Mutter Erde beschäftigen. Aktuell fließt mit jedem gekauften Produkt ein Anteil an die Organisation *1% for the planet*.



Die Unternehmensphilosophie macht auch bei der Verpackung nicht halt. Ein großes Problem auf jeder Tour ist der Müll, der durch die ganzen Verpackungen entsteht. Da kommt es teilweise vor, dass mal eine leere Verpackung aus dem Rucksack oder der Hosentasche fällt und im Wald liegen bleibt. Natürlich soll das nicht der Regelfall sein. Allerdings sind einzelne Produkte von MuleBar in einer Verpackung, die verrottet. Somit ist es zwar immer noch Umweltverschmutzung, wenn die Verpackung nicht regulär entsorgt wird, aber immerhin zerfällt diese in ihre natürliche Bestandteile.



## MuleBar Natural Tasty Energy

Die Riegel der Sorte **Natural Tasty Energy** gibt es in mehreren Geschmacksrichtungen. Neben Mango Tango, Liquorice Allsports, Jimmy's Choc Orange oder Strudel gibt es noch einige weitere Geschmacksrichtungen. Unter diesen teils ausgefallenen Bezeichnungen kann man sich nicht sonderlich viel vorstellen, jedoch ergab unser Test, dass sie sehr lecker schmecken. Sie sind nicht gesüßt und der Geschmack ist sehr natürlich.

### Auf dem Rad:

Da diese Art von Lebensmittel hauptsächlich auf dem Fahrrad während der Fahrt verspeist wird, liegt der Schwerpunkt dieses Tests auf der „Radtauglichkeit“.

Hierbei ist entscheidend, dass sich die Verpackung gut öffnen lässt, der Riegel möglichst wenig klebt und man nicht unbedingt hinterher literweise Wasser trinken muss, um wieder einen angenehmen Geschmack im Mund zu haben.

Auch die Portionierbarkeit macht das Handling während der Tour einfacher.

Die Natural Tasty Energy Riegel lassen sich durch einfaches Herausdrücken leicht öffnen. Alternativ kann man sie natürlich klassisch aufreißen, hierfür gibt es an jeder Seite Zacken, die dies erleichtern sollen.

Die Riegel selbst sind nicht trocken, und kleben nur ganz leicht. Insgesamt sind sie mit 56g recht massiv und stellen je nach Hunger mehr als eine Portion dar.

### Inhaltsstoffe: (pro 100g/Riegel)

- Energie: 1456kJ/816kJ, 349kcal/195kcal
- Protein: 7,7g/4,3g
- Kohlenhydrate: 66,3g/37,1g
- Fett: 6,2g/3,5g



## Fazit:

Nahrhafter Riegel, der für mehr als eine Portion reicht. Die ausgefallenen Geschmacksrichtungen sorgen für Abwechslung im Riegel-Alltag.



## MuleBar Fast Natural Energy Gel

Es gibt drei verschiedene Sorten an Gels von Mulebar. Apple Strudel, Cherry Bomb und Cafe Cortado. Insgesamt entspricht der reale Geschmack dem angegebenen Namen und man hat nicht das Gefühl, dass man unbedingt sofort etwas trinken müsste.

### Auf dem Rad:

Die Gels von Mulebar zeichnen sich durch einen einfachen Öffnungsmechanismus aus. Dieser ist so gut zu bedienen, dass es auch ohne Probleme einhändig zu öffnen ist. Sie sind sehr flüssig und können daher zur Not auch gut ohne Wasser eingenommen werden. Leider lassen sich die Aufreißverpackungen nicht wiederverschließen und so ist es, wie bei vielen anderen Gels auch, empfehlenswert das Gel restlos zu leeren, bevor man es in den Rucksack oder die Trikottasche steckt.

### Inhaltsstoffe: (pro 100g/Gel)

- Energie: 1221kJ/452kJ, 292kcal/108kcal
- Protein: 0,3g/0,1g
- Kohlenhydrate: 72g/27g
- Fett: 0,1g/0g

### Fazit:

Wenn die Gels wiederverschließbar wären, wären sie der optimale Begleiter auf jeder Tour. So kann es jedoch passieren, dass ein halb eingenommenes Gel in der Trikottasche oder Rucksack ausläuft. Geschmacklich ist es nichtsdestotrotz super!



## MuleBar Protein Recovery Bar

Während die beiden zuvor getesteten Produktreihen für vor oder während des Sports gedacht sind, ist der **Protein Recovery Bar** für die Erholung nach der Anstrengung gedacht. Es gibt nur eine Sorte: Chocolate Banana.

Der Riegel besteht zu 30% aus Proteinen und ist somit optimal für die Regeneration und den Muskelaufbau. Die Konsistenz des Riegels ist recht fest und er ist nicht von Schokolade umhüllt, sondern besteht aus einer dezent schmeckenden Schokobananenmischung.

### Inhaltsstoffe (pro 100g/Riegel):

- Energie: 1607kJ/1044kJ, 378kcal/246kcal
- Protein: 20,3g/13,2g
- Kohlenhydrate: 52,5g/34,1g
- Fett: 10,1g/34,1g

### Fazit:

Kompakter Reenerationsriegel, der Dank seines dezenten Geschmacks gut verzehrbar ist.

