

BCAA TEST

In unserem BCAA Test haben wir vier Produkte in Pulverform und vier in Kapselform miteinander verglichen. In den beiden Tabellen mit dem Produktvergleich sind die Testkriterien fett markiert. Den Punkteschlüssel findest du in einer dritten Tabelle. Gesamtsieger des Tests ist das BCAA PULVER von nu3!



Kategorie	nu3 BCAA Pulver	Pkt.	ESN Nitro BCAA Powder	Pkt.	Scitec Nutrition BCAA 1000	Pkt.	BioTech BCAA Zero	Pkt.
Darreichungsform	Pulver		Pulver		Kapseln		Pulver	
Geschmack	Zitrone		Zitrone-Eistee		-		Zitronen-Eistee	
Anzahl Geschmacksrichtungen	7		20		-		12	
Packungsgröße	400 g		500 g		300 g		360 g	
Preis pro Packung	21,99 €		26,90 €		20,57 €		24,90 €	
Preis pro Kilo	54,98 €	10	53,80 €	10	68,57 €	9	69,17 €	9
Anzahl Kapseln pro Packung	-		-		300		-	
BCAA in Gramm pro Kapsel	-		-		0,8		-	
Portionsgröße	12 g		13 g		2 Kapseln		9 g	
BCAA pro Portion	9,8 g		10 g		1,6 g		6 g	
Maximale Rationen pro Tag	1		1		1		1	
BCAA pro Tag bei maximalen Tagesrationen	9,8 g		10 g		1,6 g		6 g	
Ergiebigkeit bei maximalen Tagesrationen	33 Tage		38 Tage		150 Tage		40 Tage	
Preis pro Gramm BCAA	0,07 €	7	0,07 €	7	0,09 €	6	0,10 €	6
Herstellungsland	Deutschland	3	Deutschland	3	EU	2	USA	1
Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Website	✓	1	✓	1	✓	1	✓	1
Vegan	✓	1	✓	1	✗	0	✗	0
Gelatine	Keine		Keine		Ja		Keine	
Allergene	Sojalecithin	0	Gerstenmalz	0	Keine	1	Keine	1
Farbstoffe	0	2	1	1	3	0	0	2
Vitamin B6 enthalten	✗	0	✗	0	✓	1	✓	1
Vitamin B6 Dosierung & NRV pro Portion	-		-		0,8 mg & 57 %		2 mg & 143 %	
Vitamin B6 Überdosierung	-		-		Nein	0	Ja	-1
Weitere nützliche Zusätze	✗	0	✗	0	Vitamine B5, B12	2	Glutamin	1
Gesamtpunktzahl		24		23		22		21

BCAA TEST



Kategorie	Myprotein Essentielle BCAA 2:1:1	Pkt.	Optimum Nutrition BCAA 1000 Caps	Pkt.	Weider BCAA + L-Glutamine	Pkt.	Multipower BCAA+	Pkt.
Darreichungsform	Pulver		Kapseln		Kapseln		Kapseln	
Geschmack	Erdbeere-Limette		-		-		-	
Anzahl Geschmacksrichtungen	15		-		-		-	
Packungsgröße	500 g		276 g		256 g		120 g	
Preis pro Packung	34,99 €		34,99 €		36,99 €		24,99 €	
Preis pro Kilo	69,98 €	9	126,78 €	3	144,49 €	1	208,25 €	0
Anzahl Kapseln / Packung	-		400		180		102	
BCAA in Gramm pro Kapsel	-		0,5		0,6		0,7	
Portionsgröße	5 g		2 Kapseln		6 Kapseln		6 Kapseln	
BCAA pro Portion	4 g		1 g		3,6 g		4,2 g	
Maximale Rationen pro Tag	4		1		1		1	
BCAA pro Tag bei maximalen Tagesrationen	16 g		1 g		3,6 g		4,2 g	
Ergiebigkeit bei maximalen Tagesrationen	25 Tage		200 Tage		30 Tage		17 Tage	
Preis pro Gramm BCAA	0,09 €	6	0,12 €	6	0,34 €	2	0,35 €	1
Herstellungsland	Vereinigtes Königreich	2	USA	1	Deutschland	3	Deutschland	3
Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Website	X	0	X	0	✓	1	✓	1
Vegan	X	0	X	0	X	0	X	0
Gelatine	Keine		Ja		Ja		Ja	
Allergene	Keine	1	Keine	1	Keine	1	Keine	1
Farbstoffe	1	1	0	2	2	0	3	0
Vitamin B6 enthalten	X	0	X	0	X	0	✓	1
Vitamin B6 Dosierung & NRV pro Portion	-		-		-		1,4 mg & 100 %	
Vitamin B6 Überdosierung	-	-	-	-	-	-	Nein	0
Weitere nützliche Zusätze	X	0	X	0	Glutamin	1	Alanin	1
Gesamtpunktzahl		19		13		9		8

NRV (Nutrient Reference Values) = Empfohlene tägliche Nährstoffzufuhr

DER TESTSIEGER: nu3 BCAA POWDER LEMON



JETZT ONLINE BESTELLEN

- **Günstig:** nur 21,99 € pro Packung
- **Viele BCAA:** 9,8 g pro Portion
- **Optimales Verhältnis:** 2:1:1
- **Vegan**
- **Zuckerarm**
- **Aspartamfrei**
- **Qualität aus Deutschland**

BCAA TEST



LEGENDE ZU UNSEREM PUNKTEBEWERTUNGSVERFAHREN:

Bewertungskriterium		Pkt.
Preis pro Kilo in Euro	< 60	10
	60 - 70	9
	71 - 80	8
	81 - 90	7
	91 - 100	6
	101 - 110	5
	111 - 120	4
	121 - 130	3
	131 - 140	2
	141 - 150	1
> 150	0	
Preis pro Gramm BCAA in Euro	< 0,05	8
	0,05 - 0,08	7
	0,09 - 0,12	6
	0,13 - 0,16	5
	0,17 - 0,20	4
	0,21 - 0,24	3
	0,25 - 0,34	2
	0,35 - 0,44	1
> 0,45	0	

Bewertungskriterium		Pkt.
Herstellungsland	Deutschland	3
	EU	2
	Außerhalb EU	1
Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Webseite	Ja	1
	Nein	0
Vegan	Ja	1
	Nein	0
Allergene enthalten	Ja	0
	Nein	1
Farbstoffe	0	2
	1	1
	> 1	0
Vitamin B6 enthalten	Ja	1
	Nein	0
Vitamin B6 überdosiert	Ja	-1
	Nein	0
Weitere nützliche Zusätze	> 2	3
	2	2
	1	1
	0	0

Maximalpunktzahl 30

Für unseren BCAA Test haben wir ein eigenes Bewertungssystem entwickelt, das die wichtigsten Werte von BCAA Produkten in den Fokus rückt. Maximal konnten 30 Punkte erreicht werden, was aber keinem Produkt gelungen ist. Wenn Produkte Vitamin B6 enthalten, haben wir geprüft, ob dieses überdosiert wurde, sprich die Empfehlungen für die tägliche Aufnahme überschreitet. In diesem Fall, der nur bei einem Produkt vorlag, haben wir den Punkt für das enthaltene Vitamin B6 wieder abgezogen.

Disclaimer: Dieser von nu3 durchgeführte Produkt-Vergleich bildet eine Auswahl ab und beansprucht in seiner Aussagefähigkeit keine Allgemeingültigkeit für alle BCAA Produkte auf dem deutschen Markt. Die Preise bilden eine Momentaufnahme ab und können zu einem späteren Zeitpunkt anders ausfallen.

Stand: 27.08.2019