



Käsekuchen ohne Boden

Schlemmen ohne Reue? Das geht – und zwar mit unserem Low-Carb-Käsekuchen ohne Boden. Auch wenn man auf eine gesunde Ernährung achtet, heißt das nicht immer Verzicht!

Vorbereitungszeit:

10 Minuten

Backzeit: 45 Minuten

Zutaten für Springform Ø 16 cm

- 2 Eier
- 300 g Magerquark
- 200 g fettarmer Frischkäse
- 24g Vanillepuddingpulver
- Abrieb von 1 bis 2 Bio-Zitronen
- 1 Vanilleschote (alternativ Bourbon Vanille)
- Süße nach Geschmack (FlavDrops, Erythrit, Kokosblütenzucker, o.Ä.)

1 Die feuchten Zutaten miteinander vermengen bis eine homogene Masse entsteht. Das Vanillemark aus der Vanilleschote kratzen und unterrühren. Nach und nach die trockenen Zutaten hinzugeben.

2 Den Teig in die Kuchenform geben und bei 175° C Ober-/Unterhitze etwa 45 Minuten backen.

3 Den Kuchen nach dem Backen bei leicht geöffneter Backofentür langsam auskühlen lassen, damit er nicht zusammenfällt. Nach Belieben mit Früchten oder Puderzucker toppen.

Guten Appetit!