

PROTEIN KÄSEKUCHEN



Leckerer Käsekuchen (cheesecake) mit Magerquark und Skyr. Skyr ist ein traditionelles isländisches Milchprodukt, welches in Deutschland als fettarmer Frischkäse in Magerstufe angeboten wird. Der Kuchen ist blitzschnell ohne Küchenmaschine in nicht mal 5 Minuten zubereitet und super cremig lecker. Außerdem ist er sehr reich an Protein und ohne weißen Zucker.



Zubereitungszeit
5 Minuten



Back-/Kochzeit
60 Minuten



Temperatur + Heizart
170 °C O/U



Kühlzeit
2 Stunden

FORMGRÖSSE:

Backform: rund

Durchmesser: 26 cm

ZUBEREITUNG

Verrühre alle Zutaten miteinander in etwa 2-3 Minuten zu einer glatten Masse. Schlage einen Backring mit 26 cm Größe in Backpapier ein und stelle ihn auf ein Lochblech. Fülle die Käsekuchenmasse ein und streiche sie glatt. Backe den Kuchen im vorgeheizten Ofen bei 170°C O/U für 60 Minuten. Lasse ihn 10 Minuten im Ofen stehen, nimm ihn dann heraus und lasse ihn vollständig abkühlen.

Viel Spaß beim Nachmachen,
eure Sally <3

KÄSEKUCHENMASSE:

- 25 g** Proteinpulver Vanille
- 25 g** Backeweiß
- 4 TL** Käsekuchen Geschmack
- 2 TL** Flohsamenschalen
- 500 g** Quark (Magerstufe)
- 500 g** Skyr
- 200 g** Frischkäse
- 4** Eier