



Low Carb Zitronen-Käsekuchen



Nährwerte

Kuchen (18-Springform, 8 Stücke)

761,9 kcal / 162,4g KH / 81,5g E / 10,1g F

pro Stück

95,2 kcal / 20,3g KH / 10,2g E / 1,3g F

Zutaten

- 500g Magerquark
- 2 Eier
- 1 geh. EL Flohsamenschalen
- 1 TL flüssiger Süßstoff
- 30g Xucker (Erythrit)
- 200ml Milch
- 1 Pck Vanille-Puddingpulver
- 1 TL Zitronenschale
- etwas Zitronensaft
- evtl. etwas Backaroma

Zubereitungszeit

15 Minuten

Koch-/Backzeit

55 Minuten

Zubereitung

1. Backofen auf 175° C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Kleine Springform (18cm) mit Backpapier auslegen.
3. Flohsamenschalen mit 150 ml Wasser verrühren und einige Minuten quellen lassen.
4. Nun alle Zutaten verrühren und in die Springform gießen.
5. Nach Geschmack kann noch Backaroma untergemischt werden.
6. Den Kuchen 55 Minuten backen.

Den Kuchen bei geöffneter Ofentür abkühlen lassen. So fällt er nicht zusammen.

Am besten den Kuchen über Nacht in den Kühlschrank. Gekühlt schmeckt er am besten.

Lasst es euch schmecken !