Email: info@xucker.de Tel: +49 (0)30 120 843 333 Web: www.xucker.de

Low Carb Käsekuchen ohne Boden

Zubereitungszeit: 15 min

Kochzeit: 55 min

Gesamtzeit: 1 h 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 8

Kalorien p.P.: 123 kcal

Käsekuchen (Ø 20 cm)

400 g Magerquark

200 g Vollfett Frischkäse

4 Ei(er)

120 g Puder Erythrit

1 Prise(n) Salz

1 Teelöffel Vanillexucker

1 Teelöffel Guarkern- oder Johannisbrotkernmehl

20 g Mehl (optional)

Als Topping:

Etwas Fruchtaufstrich Rote Früchte

Käsekuchen

1. Für den Käsekuchen zunächst den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

2. Nun eine beschichtete Springform mit 20 cm Durchmesser bereitstellen.

3. Den Magerquark und Frischkäse mit Puder Erythrit, Vanillexucker und Salz glattrühren.

4. Anschließend die Eier dazugeben und cremig schlagen.

5. Zuletzt das Guarkernmehl über die Masse sieben und gut verrühren.

6. Alles in die Springform füllen und für etwa 55 Minuten goldgelb backen.

7. Sollte der Kuchen zu dunkel werden, kann er nach der Hälfte der Backzeit mit Backpapier abgedeckt werden.

8. Den Käsekuchen vor dem Anschnitt gut auskühlen lassen.

Anmerkung: Klassischerweise werden Käsekuchen ohne Boden mit Stärke gesteift. Da wir in unseren Rezepten komplett auf leere Kohlenhydrate verzichten möchten, lassen wir es weg. Guarkern- und Johannisbrotkernmehl binden stattdessen die Käsekuchenmasse. Dennoch kann es sein, dass der Kuchen nach dem Abkühlen etwas „nässt“, da die Flüssigkeit nicht komplett gebunden ist. Wer das vermeiden möchte kann dem Teig etwas Mehl hinzugeben.