

PEČENÝ CHEESECAKE

SUROVINY

(forma o Ø cca 18 cm)

Základ:

70 g celozrnných sušenek

40 g jemných ovesných vloček

40 g změkklého másla

Náplň:

250 g Philadelphia light

250 g nízkotučného tvarohu

100 g polotučného tvarohu

40 g březového cukru (xyli-
tolu)

2 vejce

1 lžička vanilkového extraktu

50 g hořké čokolády

Troubu předehřejte na 160 °C.

Dortovou formu vyložte pečicím papírem.

Sušenky nadržte v mixéru, přidejte k nim vločky a změkklé máslo nakrájené na menší kostičky. Rukama vypracujte hmotu, kterou umačkejte na dno formy. Dejte péct na 10 minut a poté nechte korpus vychladnout.

V míse prošlehejte vejce, tvaroh, Philadelphii, březový cukr a vanilkový extrakt. Umíchaný krém nalijte na předpečený korpus.

Naspod trouby dejte pekáček s horkou vodou.

Cheesecake vložte do trouby a pečte 50–60 minut. Během pečení troubu neotvírejte.

Po vychladnutí na pokojovou teplotu dejte cheesecake chladit ještě do lednice přes noc.

Čokoládu si rozehejte ve vodní lázni a dozdobte s ní hotový cheesecake.

Nakrájejte jej na 12 kousků a podávejte s ovocem.

Nutriční hodnoty na 2 kusy:

315 kcal 14 g bílkovin 19 g sacharidů 18 g tuků 2 g vlákniny

