

LEICHTER KÄSEKUCHEN



LEICHTER KÄSEKUCHEN

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für 12 Stück: | 60 Min. | + Kühlzeit

Zutaten

- Für den Teig:
 - 1 EL Semmelbrösel
 - 80 g Butter
 - 40 g
 - 2 Eigelb
 - 1 EL Milch (1,5 % Fett)
 - 150 g Mehl
 - 1 TL Backpulver
- Für den Belag:
 - 500 g Magerquark
 - 5 EL Sonnenblumenöl
 - 70 g
 - 1 Ei
 - **Mark einer Vanilleschote**
 - 40 g Stärkemehl
 - **Etwas geriebene Schale einer Bio-Zitrone**
 - 500 ml Milch (1,5 % Fett)



_15

ZUBEREITUNG

275

Kcal

pro Stück

9

Gramm

Eiweiß

25

Gramm

Kohlenhydrate

14

Gramm

Fett

Zubereiten des Teigs:

Den [Backofen vorheizen](#) (170 °C Ober/Unterhitze, Umluft 150 °C). Eine Springform (24 cm Durchmesser) mit Butter einfetten und mit Semmelbröseln ausstreuen. Die Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und verkneten. Den Teig dritteln. Ein Drittel Teig mit Mehl bestreuen und zu einen Kreis mit 24 cm Durchmesser ausrollen. Auf den Springformboden legen. Den übrigen Teig zu einer Rolle formen. An den Rand legen und 3 cm hoch drücken.

Zubereiten des Belags und Backen:

Für den Belag, Quark, Öl, [SteviaZucker](#) und Ei miteinander gut verrühren. Das Mark einer Vanilleschote herauskratzen und mit dem Stärkemehl, der Zitronenschale und Milch unter die Quarkmasse heben.

Die Masse glatt rühren, in die vorbereitete Form füllen und alles ca. 90 Minuten backen. Gegebenenfalls nach einer Stunde Backzeit die Form [mit Alufolie abdecken](#). Den Kuchen abkühlen lassen. Aus der Form lösen und nach Belieben vor dem Servieren mit 1 TL SteviaZucker bestreuen.