Rezept

Mohn-Käsekuchen – Low Carb

Ein Rezept von Mohn-Käsekuchen – Low Carb, am 12.10.2024

Zutaten

4	Eier
1	Vanilleschote
100 g	Butter
500 g	Magerquark
1 EL	gemahlener Mohn
1	Springform (ca. 22 cm Ø)
	Salz
1/2	Bio-Zitrone
200 g	Birkenzucker (Xylit)
250 g	Schmand
3 TL	Johannisbrotkernmehl
	Butter für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 10 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 260 kcal, 17 g F, 10 g EW, 23 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Form mit Backpapier auslegen und den Rand mit Butter einfetten. Die Eier trennen, die Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen und kalt stellen. Die Vanilleschote halbieren, das Mark auskratzen. Die Zitrone heiß abwaschen, trocknen und mit einer Reibe die Schale fein abreiben.

2. Zimmerwarme Butter mit 150 g Birkenzucker, Vanillemark und 1 TL Zitronenschale mit dem Handrührgerät in 2-3 Min. cremig schlagen. Eigelbe nacheinander unterrühren. Quark und Schmand zugeben und weitere 2-3 Min. aufschlagen. Mohn unter die Masse rühren.

3. Nun 50 g Birkenzucker mit Johannisbrotkernmehl mischen und unter die Quarkcreme schlagen. Den Eischnee in zwei Portionen unterheben, die Quarkmasse in die Form füllen und glatt streichen.

4. Kuchen im vorgeheizten Ofen (unten) 30 Min. backen. Dann mit einem Spatel den Kuchenrand von der Form lösen und den Kuchen in 40-45 Min. goldgelb backen. Die Oberfläche sollte nicht zu dunkel werden. Gegebenenfalls mit Alufolie abdecken. Kuchen 30 Min. im ausgeschalteten Ofen ruhen und 12 Std. auf einem Gitter auskühlen lassen.