

Fluffiger Käsekuchen

Ergiebigkeit: 16 Stücke

• Vorbereitungszeit: ca. 20 min ohne Einkaufen

• Gesamtzeit: max. 65 min

ZUTATEN für den Mürbeteig

200 g Butter oder Margarine

80 g Honig (Bio)
 300 g Mehl

1 TL geriebene Zitronenschale
 ½ Vanilleschote ausgekratzt

• 1 Prise Salz

ANLEITUNG

• Aus allen Zutaten rasch einen Mürbeteig herstellen.

- Den Teig anschließend im Kühlschrank für eine halbe Stunde kühl stellen.
- Danach den Teig auf einer bemehlten Fläche rund ausrollen und in eine 26er Springform auslegen und einen Rand andrücken.
- Springform vorher einfetten und mit etwas Semmelbrösel bestreuen.

Tipp:

Die Zutaten sollten immer kalt sein! Beim Ausrollen und Auslegen den gerollten Teig zusammenfalten. Dann lässt er sich besser in die Form bringen und bricht nicht.

ZUTATEN für die Quarkmasse

• **750 g** Quark 40% Fett

85 g Zucker80 g Mehl6-7 Eier

1 TL geriebene Zitronenschale
 ½ Vanilleschote ausgekratzt

1 EL Stärkemehl
 40 g Honig
 400 ml Milch

ANLEITUNG

Ganzheitliche Ernährungsberatung Gemuese-Orama Sylvia Schattschneider

E-Mail: gemuese.orama@web.de
Web: https://www.gemuese-orama.de/



- Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Dabei die 85 g Zucker einrieseln lassen. Beiseitestellen.
- Das Eiweiß nicht zu steif schlagen, da sonst beim späteren Unterheben die Struktur kaputt gemacht wird.
- Quark, Milch, Eigelb, Mehl, Honig und restlichen Zutaten gut verrühren.
- Zum Schluss das Eiweiß zuerst ein bisschen Eiweiß angleichen, dann den Rest unterheben.
- Teig in ausgelegte Kuchenform gießen
- Den Kuchen bei vorgeheizten 190 Grad (Ober-Unterhitze) ca. 10 min anbacken, bis die obere Schicht leicht braun geworden ist.
- Nun den Kuchen kurz aus dem Ofen holen und den oberen Rand mit einem Messer ringsherum aufschneiden und lösen.
- Dann weiterbacken bei 180 Grad.
- Das Einschneiden zwei bis dreimal wiederholen bis der Kuchen fertiggebacken ist.

Tipp:

Backzeit: ca. 45 - 50 min bei erst 190 Grad und dann 180 Grad Ober-Unterhitze

Ganzheitliche Ernährungsberatung Gemuese-Orama Sylvia Schattschneider

E-Mail: gemuese.orama@web.de
Web: https://www.gemuese-orama.de/