



TARTA DE QUESO KETO

<https://www.instagram.com/reel/CYB4WIVgoY3/?igshid=MzRIODBiNWFIZA%3D%3D> Videoreceta Thermomix

 1 hora 4 porciones

INGREDIENTES

- 125 gramos de queso Mascarpone
- 1 cucharada sopera colmada de mantequilla [25 g]
- 50 gramos de eritritol
- 1/4 tetrabrik pequeño de nata, líquida, para montar, 35% de grasa [50 g]
- 2 unidades grandes de huevo de gallina, entero, crudo [130 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Precalienta el horno 180 grados arriba y abajo.
- 2º Enciende el robot y añade el mascarpone, el eritritol y la mantequilla. Programa 5 minutos a 60-70 grados para que vaya cogiendo temperatura [si lo haces con la batidora sin temperatura también queda genial], velocidad 1.
- 3º Cuando haya pasado un minuto o así incorpora poco a poco la nata y los huevos. Sigue mezclando a velocidad baja.
- 4º Cuando le quede medio minuto para terminar sube la potencia para así incorporar algo de aire a la mezcla y no dejar grumos.
- 5º Forra un mole de horno de unos 10cm de diámetro o en 4 raciones individuales e incorpora la mezcla. Mete en el horno a 180 grados unos 30 minutos.
- 6º Cuando acabe deja atemperar y métela en la nevera unas 3 horas. ¡Listo!
- 7º Antes de servirla sácala unos 15-20 minutos de la nevera.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [95 g]	% DDR
ENERGÍA	303 kcal	288 kcal	14 %
PROTEÍNA	6 g	5 g	11 %
H. CARBONO	2 g	2 g	1 %
AZÚCARES	2 g	2 g	2 %
GRASA	30 g	29 g	41 %
GRASAS SATURADAS	19 g	18 g	90 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
SODIO	355 mg	337 mg	14 %