

CHEESE CAKE SANS PÂTE



La recette originelle du cheesecake est slave. Il s'agit de la Vatrouchka, un dessert né au sein de la communauté juive polonaise, et d'Europe centrale, plus généralement. Ce gâteau moelleux, réalisé avec du fromage blanc à la saveur aigre de type faisselle, des œufs, du sucre, de la farine et parfumé à la vanille, est à l'origine préparé sur une base de pâte sablée très fine. Ici pour rendre la recette plus légère, j'enlève la pâte sablée, le sucre et la farine mais je n'enlève pas sons goût délicieux ! A vos fourchettes !

 10 minutes 1 heure et 10 minutes 6 portions

INGRÉDIENTS

- 250 gr de framboises surgelées
- 450 gr de fromage frais de type carré frais
- 180 gr de fromage blanc 0%
- 3 oeufs
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille liquide

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 170°C [th 6]. Mélangez tous les ingrédients ensemble dans les saladier, jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- 2° Versez la pâte dans un moule avec du papier sulfurisé. Faire cuire 50 min.
- 3° Laissez refroidir, c'est encore meilleure le lendemain au petit déjeuner par exemple.
- 4° [Possibilité de déposer au fond du saladier une fine couche de spéculos]

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (181 g)	% AR
ÉNERGIE	65 kcal	117 kcal	6 %
PROTÉINES	7 g	13 g	25 %
GLUCIDES	4 g	7 g	3 %
SUCRES	4 g	6 g	7 %
LIPIDES	3 g	6 g	8 %
ACIDES GRAS SATURÉS	1 g	2 g	12 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	3 g	10 %
SODIUM	587 mg	1063 mg	44 %