



CHEESECAKE KETO

 20 minutos
 50 minutos
 4 porciones

INGREDIENTES

- Almendra molida (80 gr) -> para la base
- Mantequilla (30 gr) -> Para la base
- Queso crema (175 gr)
- 2 huevos
- Yogur griego
- Arándanos (para la cobertura)
- Edulcorante al gusto

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Base: Derretimos la mantequilla en el microondas y la mezclamos con la almendra molida. Cubrimos la base del molde con la mezcla para hacer la base
- 2º Batimos todos los ingredientes de la tarta y echamos en el molde.
- 3º 30 minutos al horno a 160°.
- 4º Esperamos a que se enfríe.
- 5º Para la cobertura, tan sencillo como meter unos arándanos con esencia de vainilla 1 minuto al microondas y cubrir la tarta por encima.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (153 g)	% DDR
ENERGÍA	215 kcal	328 kcal	16 %
GRASA	17 g	26 g	40 %
GRASAS SATURADAS	4 g	5 g	27 %
COLESTEROL	78 mg	119 mg	40 %
SODIO	170 mg	260 mg	11 %
H. CARBONO	5 g	7 g	2 %
AZÚCARES	3 g	4 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	3 g	11 %
PROTEÍNA	10 g	15 g	—