

Воздушный ягодный чизкейк



На 100 грамм:
Калорийность: **88,79 ккал.**
Белки: **7,95 г.**
Жиры: **2,78 г.**
Углеводы: **7,54 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vozdushnyj-yagodnyj-chizkejk/>

Ингредиенты:

основа:

- овсяные отруби - 2 ст. л
- пшеничные отруби - 1 ст. л
- яйца - 1 шт
- молоко 1% - 40 мл
- разрыхлитель - 5 г
- подсластитель - по вкусу

Творожный слой:

- Яйца - 2 шт
- Творог - 250 г (у нас мягкий)
- Подсластитель - по вкусу

Фруктовая основа:

- Ягоды/фрукты - 300 г (у нас черная смородина)
- Вода - 160 мл
- Агар-агар - 6 г
- Подсластитель - по вкусу

Приготовление:

Для основы: все ингредиенты перемешать, выложить в форму (у нас силиконовая), выпекать 10-15 мин при 180С.

Для творожной основы: все перемешать хорошенько до однородной массы (в блендере/вручную), затем вылить на основу. Выпекать около 60 минут при 180С. Оставляем остывать в духовке.

Для фруктовой основы: замочить агар-агар в воде на 15-20 мин ут. Ягоды вместе с подсластителем и немного проварить, но не доводить до кипения! Смешать ягоды и воду с агаром, перемешать. Поставить на плиту, довести до кипения и варить 5 минут, постоянно помешивая. Вылить ягодную смесь на творожный слой. Оставить застывать на 1-3 часов (у нас на ночь).