

Powered by www.fitnesskwax.de

KÄSEKUCHEN

		Kcal	Fett	EW	KH
250 g Butter		1875	206	2,5	0
Süßstoff für 100 g Zucker		0	0	0	0
<i>Zusammen verrühren</i>					
13 Eigelbe (beim Rühren hinzugeben)		845	78	39	2
500 g Quark (30 %)		800	55	55	15
40 g Eiweisspulver		154	0	35	0
60 g Mandelmehl		360	24	12	4
½ Rumaroma		0	0	0	0
10 Eiweiße zu Schaum schlagen und unterheben		150	0	40	0
GESAMT:		4184	363	183,5	21
PRO 100 g		?	?	?	?

45 min. bei 200 grad, im Ofen abkühlen lassen!

Powered by www.fitnesskwax.de