

# Käsekuchen mit Lotus Keksen

## Einfacher Protein Käsekuchen mit Lotus Keksen

Es war mal wieder Zeit für einen Käsekuchen und deshalb gibt es heute ein Rezept für einen einfachen Protein Käsekuchen mit Lotus Keksen. Käsekuchen könnte ich auch jeden Tag essen. Ich liebe Käsekuchen. Lotus Kekse finde ich auch super lecker. Deshalb habe ich diese für den Kuchen verwendet. Für die Käsekuchen-Masse habe ich ausschließlich Joghurt verwendet. Ich hatte leider keinen Magerquark da. Und da dieser bei uns ja auch bloß die Konsistenz von Joghurt hat, deshalb habe ich direkt Joghurt verwendet.

Anstelle des Protein Joghurts, könnt ihr auch ganz normalen Joghurt, Skyr, Magerquark oder Frischkäse verwenden. Funktioniert alles gut. Das Puder Erythrit könnt ihr natürlich auch hier wieder austauschen und z.B. auch Flave Drops, Flavn Tasty, Süßstoff, oder auch normalen Zucker verwenden. Das Eiweißpulver könnt ihr in einer beliebigen Geschmacksrichtung verwenden. Vanille und Cheesecake passen super, aber auch Varianten mit Keks oder Zimt passen hier ganz gut.

---



Lotus Biscoff Karamellgebäck



ESN Flavor Drops, Cheesecake



Got7 Flavor Powder Cheesecake



Taylor & Colledge Vanilla Extract

---

## **Leckerer Protein-Käsekuchen mit knusprigem Lotus-Keksboden**

Für den Keksboden die Butterkekse fein mahlen. Zusammen mit der flüssigen Butter in eine Schüssel geben und gleichmäßig verrühren. Die Kekskrümel in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (26 cm) geben, gleichmäßig auf dem Boden verteilen und schön fest andrücken. Bis zum weiteren Gebrauch in den Kühlschrank stellen. Den Joghurt zusammen mit den Eiern, dem Puder Erythrit, Proteinpulver, Speisestärke, Vanilleextrakt und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und gut miteinander verrühren.

Die fertige Masse auf den Keksboden gießen und im vorgeheizten Backofen für 45 Minuten backen. Anschließend den Ofen leicht öffnen und den Kuchen für 20 Minuten im Ofen ruhen lassen. Für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank stellen. Mit den zerbröselten Keksen bestreuen, die zwei ganzen Kekse in der Mitte platzieren und genießen. ☐

☐

---

**Weitere Rezept-Ideen für Kuchen zum Ausprobieren & Nachmachen**



**Schoko-Haselnuss-Cake Bowl**



**Bienenstich Cake Bowl**



**Protein Cheesecake aus dem Backofen**



## **Protein Zebra Cheesecake Bowl**



## **Ameisenkuchen**



## **Bananenbrot mit Chocolate Chips**



## **Kokos-Limetten-Kuchen**



## **Baked Oats mit Keksen**

---

---

## **KALORIENARME REZEPTE**

**150 leckere Ideen unter 500 Kalorien für Fast Food, Snacks & Zwischenmahlzeiten**



[mehr Infos zum Buch](#)

---

**DAS KÖNNTE DICH AUCH INTERESSIEREN**

---

---

