

Zitronen-Grieß-Käsekuchen

Kalorienarmer Zitronen-Grieß-Käsekuchen

Auf der ständigen Suche nach kalorienarmen Kuchen und Süßspeisen, bin ich bei Instagram auf ein leckeres Rezept für Zitronen-Grieß-Käsekuchen gestoßen. Leider weiß ich nicht mehr, von wem das Rezept im Original war, aber als Vorlage für meine eigene Version, war es eine super leckere Basis. Die Zutaten habe ich ein wenig auf unsere Bedürfnisse und Vorräte angepasst, was auch super geklappt hat.

Ich war im Nachhinein so begeistert von diesem Kuchen, dass ich ihn schon mehr wie einmal gebacken habe. Der Teig reicht ohne Probleme für eine Springform mit einem Durchmesser von 26 cm. Wenn ihr euren Kuchen lieber etwas höher mögt, einfach eine etwas kleinere Springform benutzen. Den fertigen Kuchen habe ich in 8 Stücke geschnitten. Somit ist das Kuchenstück relativ groß, hat aber gerade einmal 209 Kalorien. Für mich eine super Alternative zu gewöhnlichem Kuchen ☐

Der etwas andere Käsekuchen mit viel Zitrone

Die frische Zitrone bringt sommerliche Frische in den Kuchen. Wer es nicht so säuerlich mag sollte vielleicht etwas weniger Zitronensaft verwenden, oder den Teig etwas süßer machen. Im Original-Rezept wurde Erythrit verwendet, welches ich im Moment nicht da habe und auch ungern für Speisen verwende, von denen meine Kinder mitessen. Das ist aber sicherlich Ansichtssache.

Das Erythrit habe ich also durch gewöhnlichen Haushaltszucker ersetzt. Zum Süßen eignen sich hier auch gut Flavor Drops, Tasty Drops oder Flavour Powder in der Geschmacksrichtung Käsekuchen, wer welche da hat, sollte dieses unbedingt mal in diesem Rezept ausprobieren.



Hier findet ihr weitere Rezept-Ideen für Kuchen zum ausprobieren & nachmachen



Schoko-Haselnuss-Cake Bowl



Bienenstich Cake Bowl



Protein Cheesecake aus dem Backofen



Protein Zebra Cheesecake Bowl



Neuerscheinung

Kalorienarme Rezepte

Kalorien zählen leicht gemacht
110 Rezepte unter 500 Kalorien
für ein kalorienarmes Frühstück

**Ab sofort als eBook
& Taschenbuch erhältlich!**

[mehr Infos zum Buch](#)