LINDA BEN

Hollar og próteinríkar bakaðar mini ostakökur



Eldunartími

30 mín

Erfiðleikastig

Auðvelt

Fjöldi

0

Lýsing

Þessar bökuðu ostakökur eru alveg ótrúlega góðar og ég er ekki viss um að þú myndir fatta að þær væru hollar ef þú myndir smakka. Þær eru nefninlega alveg stútfullar af próteini innihalda engan sykur.
Ostakökurnar eru silkumjúkar og áferðin er nánast alveg eins og á venjulegum bökuðum ostakökum.
Þær innihalda aðeins 5 innihaldsefni, það þarf ekki hærivél til að útbúa þær heldur einungis blandara.
Þessi uppskrift miðast við 2 litlar ostakökur.

Hollar og próteinríkar bakaðar mini ostakökur

- 150 kotasæla
- 30 g vanillu próteinduft
- 1 egg
- 1 msk sweet like syrup frá Good Good
- Smjör til að smyrja formin
- 1 msk Choco Hazel frá Good Good

Aðferð:

1. Kveikið á ofninum og stillið 175°C, undir og yfir hita.
2. Setjið kotasælu, vanillu prótein, egg og sýrópið í blandara og blandið þar til orðið að deigi.
3. Smyrjið 2x 12 cm form með smjöri og skiptið deiginu á milli formanna. Bakið í 25 mín.
4. Setjið 1/2 msk af súkkulaðismjöri á hverja ostaköku og leyfið því að bráðna yfir kökurnar.

Ef þú prófar þessa uppskrift þá þætti mér svo vænt um að heyra frá þér! Skildu eftir skilaboð hér fyrir neðan, eða taktu mynd og merktu mig á Instagram @Lindaben
Fylgistu með á Instagram!
Fylgstu með á Tiktok!
Njótið vel!
Ykkar

Hráefni

—

Leiðbeiningar

1.