



1. Tarta de queso fit

Ingredientes (para 6

raciones)

- 500 g queso fresco batido 0 %
- 250 g queso crema light
- 3 huevos tamaño L
- 50 g harina de avena
- 60 g eritritol
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Ralladura de 1 limón

Preparación

1. Precalienta el horno a 180 °C con calor arriba y abajo.
2. Bate todos los ingredientes hasta lograr una mezcla homogénea sin grumos.
3. Forra un molde desmontable (18 cm) con papel vegetal y vierte la masa.
4. Hornea 45 min. Deja 10 min con el horno apagado y puerta entreabierta.
5. Enfría por completo y refrigera al menos 4 h antes de desmoldar.

Información nutricional

Porción (1/6): 200 kcal · 22 g proteína · 8 g carbohidratos · 8 g grasa

Consejos FF360

- Sirve fría: la textura mejora tras 12 h en nevera.
- Cambia la harina de avena por proteína en polvo para subir macros.