Preclíkový cheesecake s jarními bylinkami a chia semínky – bez lepku a laktózy

2 hodiny

náročnost ●●●○

Není cheesecake jako cheesecake. Upečte si s námi a pání Vrzalovou tuto výbornou variantu.

Ingredience

Na slaný korpus:

150 g bezlepkových preclíčků

1 pol. lžíce chia semínek

80 g bezmléčného tuku

Na tělo:

2 x 250 g bezlaktózového Jihočeského polotučného tvarohu

150 g bezlaktózové Jihočeské zakysané smetany

3 vejce

80 g strouhaného sýru bez laktózy (typu uleželý Tylžský apod.)

Po hrsti posekané řeřichy, medvědího česneku, pažitky, odrhnutých pár snítek tymiánu

Sůl, bílý pepř a na špičku nože postrouhaného muškátového oříšku

Návod na přípravu:

Preclíky rozdrťte v mixéru, přesypte do misky, přidejte chia semínka a tuk. Vytvořte drobenkové těsto, které rovnoměrně napěchujete do formy vyložené pečícím papírem a dejte do mrazáku ztuhnout.

Tvaroh vyšlehejte do krému, přidejte zakysanou smetanu, nastrouhaný Tylžský sýr a vajíčka. Do vzniklého krému přidejte nasekané bylinky. Krém vrstvěte do formy na preclíkový základ. S formou opatrně několikrát klepněte a dejte péct do trouby na pečící papír. Pečte 30 minut na 175°C, pak snižte na 150°C a dopékejte ještě cca 30 – 45 minut.

Po upečení nechte vychladnout na mřížce, objeďte po obvodu nožem a uvolněte cheesecake z formy.

Podávejte vlažné či studené jako slaný koláč např. se zeleninovým salátem (polníček+ředkvičky).

Vychutnejte si i další bezlaktózové recepty od autorky Radky Vrzalové. Najdete je také v jejích kuchařkách.