

# TOPFENKUCHEN MIT KIRSCHEN (kalorienarm)

## ZUTATEN für 1 Kuchen

- 4 Eier
- 500 g Magertopfen
- 100 g Naturjoghurt 0,1%
- 120 g Zuckerersatz (Erythrit, NatuSweet 1:1)
- 75 g Hartweizengrieß
- Abrieb 1 Biozitrone
- 1 Prise Salz
- ♥
- 250 g Kirschen mit Kernen

## ZUBEREITUNG

- Backrohr auf 150 °C Umluft vorheizen. Eine Backform mit Backtrennpapier auslegen.
- Eier trennen und aus dem Eiweiß mit dem Salz zu einem steifen Schnee schlagen.
- Eigelb mit Magertopfen, Zuckerersatz und Joghurt verrühren, Grieß und Zitronenabrieb unterheben, zuletzt den Eischnee.
- Den Topfenkuchen in die Backform streichen und mit den ganzen Kirschen belegen.
- Im Rohr 40–45 Minuten goldbraun backen.

## ENERGIE

Der gesamte Kuchen hat 1140 kcal, das ergibt 16 Stück mit 71 kcal bzw. 12 Stück mit 97 kcal.

