



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DİYET CHEESECAKE

<http://www.hurriyet.com.tr>

Tabanı için:

1,5 su bardağı yulaf ezmesi

10 hurma

1 yemek kaşığı Hindistan cevizi yağı

Çeyrek su bardağı su

Kreması için:

400 gram labne peyniri

1 su bardağı süzme yoğurt

2 orta boy muz

2 yumurta

2 yemek kaşığı bal

1 yemek kaşığı mısır nişastası

Önceden yıkayıp, haşlayıp, kabuklarını ayıkladığınız yulaf ezmesi, hurma, Hindistan cevizi yağı ve suyu mutfak robotu yardımıyla kıvamlı bir hale gelene kadar iyice karıştırın. Hazırladığınız karışımı üzerine yağlı kağıt yerleştirdiğiniz bir kek kalıbına alıp yayın. Kullanılan kek kalıbı kelepçeli olursa piştiğinde daha kolay çıkarabilirsiniz.

Cheesecake'in kek hamurunu hazırladıktan sonra dinlenmesi için bir kenara ayırın ve üzerindeki kremayı hazırlayın. Labne peyniri, süzme yoğurt, çatal yardımıyla ezilip püre haline getirdiğiniz muzlar, yumurtalar, bal ve mısır nişastasını derin bir kaptaki iyice karıştırıp çırpın. Sonra hazırladığınız ve kek kalıbına yerleştirdiğiniz hamur tabanın üzerine dökün.

150 derecede önceden ısınmış fırında 1 saat pişirin. Cheesecake piştikten sonra fırının kapağını aralayarak içinde soğuması bir süre bekletin. Böylece cheesecake çatlamaz, görselliği bozulmaz. Cheesecake soğuduktan sonra üzerine dövülmüş ceviz ve yer fıstığı ekleyerek de servis edebilirsiniz.

