

Tarta de queso



INGREDIENTES (4 PERSONAS)

- 130g galletas digestive sin azúcar (también se puede hacer con almendra triturada como sustitutivo a las galletas)
- 60g mantequilla
- 1 tarrina de queso mascarpone
- tarrina de queso tipo philadelphia
- 6 sobres de sacarina
- 1 yogur natural
- 1 cucharada de gelatina en polvo
- mermelada de arándanos (mejor casera, sino sin azúcar)



ELABORACIÓN

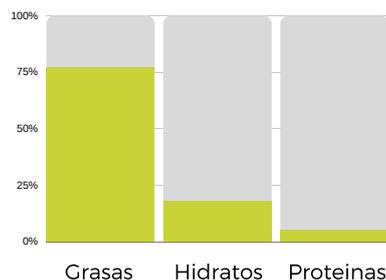
Por un lado, para elaborar la base, mezcla las galletas trituradas con la mantequilla, previamente fundida, hasta que quede una mezcla homogénea. Colócalo en un molde, preferiblemente de los desmontables.

A continuación, mezcla el resto de ingredientes: queso mascarpone, queso tipo philadelphia, el yogur, la sacarina y la gelatina en polvo; tríturalo todo con la batidora. Extiende la mezcla sobre la base de galletas elaborada anteriormente.

Refrigéralo un par de horas, y antes de servirla añádele una pequeña cobertura de mermelada de arándanos casera.

COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	736.10 kcal	338.05 kcal
Grasas	64.44 g	29.59 g
Hidratos	34.92 g	16.04 g
Proteínas	9.32 g	4.28 g
Fibra	1.82 g	0.84 g
Sal	1.41 g	0.65g



Consejo:

Aquí os mostramos un ejemplo de tarta sin azúcar, pero por eso no quiere decir que sea sano. Esta tarta contiene edulcorantes, por lo que el capricho dulce nos lo vamos a dar igualmente. Por eso os recomendamos que esto sea algo puntual, como un capricho para un día especial, como puede ser un cumpleaños.

