

# Tarta de queso para golosos a dieta



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Irene Delafú **Recetizador:** ana belen gomez



**Tiempo:** + de 2 horas

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Baja en calorías

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Económico

## Descripción:

Molde de 18 cm de diámetro

## Ingredientes para 4 personas :

- 250 g de queso fresco light
- 200 g de queso de untar light
- 125 g de leche desnatada
- 4 claras de huevo
- 120 g de azúcar o su equivalente en edulcorante apto para cocinar
- 40 g de Maizena
- 1 vaina de vainilla o extracto de vainilla
- Mantequilla y harina para el molde

## Preparación:

### Paso 1

Mezcla en un bol el queso crema, el queso fresco y la leche con la Maizena disuelta. Bate ligeramente las claras con el azúcar, sin montarlas, e incorpóralas al cuenco, junto a las semillas de vainilla o el extracto. Bate hasta obtener una crema fina y homogénea. Prepara un molde untándolo con mantequilla y espolvoreando un poco de harina, vierte la preparación de la tarta de queso, cúbrela con papel de aluminio, y deja reposar en el frigorífico mientras precalientas el horno a 175° C con calor arriba y abajo. Introduce el molde en el horno sin destaparlo, hornea la tarta durante 30 minutos y después destápala, continúa la cocción durante otros 30-40 minutos o hasta que al pinchar con un palillo, éste salga limpio. Deja enfriar a temperatura ambiente, y después desmóldala. Ponla en un recipiente apropiado, protegiendo la tarta para introducirla en el frigorífico y que repose unas horas.