

Cheese cake

con PWP sabor vainilla

Ingredientes



2 medidas de PWP
sabor vainilla



130 g de queso
blanco light



1 ccdita. de miel



ralladura de un limón
+ gotas de limón
a gusto



2 gotas de
esencia de
vainilla



½ cta. de gelatina
sin sabor + 2 ctas. de
agua fría para hidratar



10 ml de agua
caliente



8 g de mermelada
light de frutillas



15 g de castañas
de cajú



1 frutilla
para decorar

Procedimiento

Hidratar las castañas en agua durante unas horas. Picarlas muy chiquititas y utilizarlas como base del postre. Elegir un vaso o taza y poner la base en el fondo.

Cortar láminas de frutilla y decorar en las paredes.

Poner la gelatina en un recipiente e hidratar con las 2 ctas de agua fría. Luego de 3 minutos, disolver la gelatina en 10 ml de agua caliente.

Mezclar en un bowl el queso crema, la miel, la ralladura de limón, la gelatina disuelta y el PWP sabor vainilla. Mezclar muy bien hasta que no queden grumos. Verter la preparación sobre la base de castañas. Decorar con mermelada, frutilla fresca y menta.

La receta rinde 2 porciones de aproximadamente 114 g cada una. Si se busca lograr una preparación con menos calorías, se pueden eliminar las castañas de cajú de la base.

Cheese cake

Con **PWP** sabor vainilla

✿ Postre hiperproteico fortificado con Power Whey Protein sabor vainilla

Cheese cake hiperproteico y bajo en calorías

Cheese cake

1 Porción

	Con PWP	Sin PWP
Energía (Kcal)	152	76
Proteínas (g)	24,4	5,9

Agregarle PWP sabor vainilla al Cheese cake, logra un alimento que aporta 4 veces más de proteínas, y además agrega 14 vitaminas y 14 minerales.

Recetario
mixing

