

BREAKFAST CAKE



ZUTATEN:

- 250g Magerquark
- 15g Puddingpulver Vanille
- 15g Backpulver
- 125ml Milch
- 50g Eiweißpulver deiner Wahl

ZUBEREITUNG

- Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander verrühren, bis ein homogener Teig entsteht.
- Die Masse in eine kleine Auflaufform/Backform geben und für 30 Min.

NÄHRWERTE

- 564 kcal
- 70g EW
- 58g KH
- 6g F