Kaastaart

EIWITRIJK - MAKKELIJK - HEERLIJK

Een lekkere kaastaart hoeft helemaal niet ingewikkeld te zijn.
Met 4 ingrediënten maak je deze frisse, romige taart.
Ideaal als ontbijt, tussendoortjes of gezond dessert.



Ingrediënten

- 300 g platte kaas
- 300 g Griekse yoghurt
- 300 g mango
- 5 eieren



Bereiding

1. Doe alle ingrediënten samen in een blender en mix tot een mooie, egale massa.
2. Giet het mengsel in een siliconen (of met bakpapier bedekte) taartvorm of verdeel het over muffin-vormpjes.
3. Bak gedurende 45 minuten op 160°C in een voorverwarmde oven.
4. Laat de kaastaart goed afkoelen in de koelkast tot ze steviger en heerlijk fris is.



Maak er jouw kaastaart van !

Dit recept is makkelijk aan te passen aan wat jij in huis hebt:

- 🥭 Geen verse mango? Geen probleem! Je kunt ook perfect diepvriesmango gebruiken. Laat hem eventueel even ontdooien.
- 🍓 Liever ander fruit? Vervang de mango gerust door ander zacht fruit, zoals aardbeien, frambozen, blauwe bessen, meloen of perzik.
- 🥜 Extra bite? Voeg wat noten toe aan het beslag of strooi ze bovenop voor het bakken.
- 🌱 Liever zonder zuivel? Gebruik sojayoghurt en vegan plattekaas als alternatief. Zo maak je ook eenvoudig een zuivelvrije variant.
- ✨ Experimenteer gerust! Een beetje kaneel, vanille of kokos kan de kaastaart telkens een andere smaak geven.



Geniet ervan !

FLUX
www.flux-zandhoven.be