**Dýňový cheesecake**

**připravila Ing. Radka Baldová, výživová poradkyně NATURHOUSE z OC Krakov, Praha 8, Foto: Lucie Křížková**

Ingredience:

200 g máslových sušenek FIBROKI, 300g dýně, 50 g másla, 2 vejce, 200 g třtinového cukru, 250 g tvarohu, 250 g ricotty, lžička skořice, lžička zázvoru

Postup:

Dýni uvaříme, rozmixujeme, scedíme vodu a necháme vychladnout. Na dno dortové formy nasypeme nadrcené sušenky promíchané s máslem a dáme zapéct na cca 8 minut při 150 C. V misce smícháme vejce s cukrem, ricottou a tvarohem, ochutíme skořicí a zázvorem a postupně přidáváme vychladlou dýni. Směs nalejeme na vychladlé sušenky a dáme zpět do trouby. Pečeme cca 40 min. na 160 C.Po upečení dáme vychladit do ledničky.

Výživové hodny na 1 porci: 249 kcal

Bílkoviny: 21 %

Sacharidy: 48 %

Tuky: 31 %