



# Cheesecake γλυκοπατάτας

20'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

2 ώρες'

Χρόνος  
Αναμονής

50'

Χρόνος  
Ψησίματος

8-10

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

Για τη βάση

- Στον κάδο του μίξερ προσθέτουμε, τα καρύδια, την κρυσταλλική ζάχαρη, τα μπισκότα, το βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου και χτυπάμε πολύ καλά για να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Όταν είναι έτοιμο μεταφέρουμε το μείγμα σε μία στρογγυλή φόρμα 25 εκ. με αποσπώμενη βάση.
- Απλώνουμε το μείγμα και το πιέζουμε πολύ καλά με τα χέρια μας για να κολλήσει στη βάση. Μεταφέρουμε το μείγμα στο ψυγείο.

Για την κρέμα

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Σε μία κατσαρόλα προσθέτουμε τον πουρέ γλυκοπατάτας και τον αφήνουμε να ζεσταθεί για 5 λεπτά. Όταν λιώσει αφαιρούμε από τη φωτιά και τον αφήνουμε να κρυσώσει.
- Στον κάδο του μίξερ προσθέτουμε το τυρί κρέμα και τη ζάχαρη. Χτυπάμε πολύ καλά μέχρι να αφρατέψει το μείγμα και να σπάσει η ζάχαρη.
- Χαμηλώνουμε την ταχύτητα του μίξερ και προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά.
- Όταν ενσωματωθούν τα αυγά στο μείγμα, προσθέτουμε την κρέμα γάλακτος, την κανέλα σε σκόνη, το τζίντζερ, το μοσχοκάρυδο, το κορν φλάουρ, το εκχύλισμα βανίλιας και τον πουρέ γλυκοπατάτας.
- Χτυπάμε στο μίξερ μέχρι να ομογενοποιηθούν όλα τα υλικά.
- Αφαιρούμε το μείγμα από το μίξερ. Παίρνουμε το σύρμα και ανακατεύουμε πολύ καλά για να ενωθούν όλα τα υλικά. Προσέχουμε να πάρουμε όλο το μείγμα από τις άκρες και τη βάση του μπολ.
- Αφαιρούμε τη βάση του cheesecake από το ψυγείο και μεταφέρουμε το μείγμα μέσα στη στρογγυλή φόρμα.
- Ψήνουμε για 40-50 λεπτά.
- Αφαιρούμε από τον φούρνο και αφήνουμε τουλάχιστον 2 ώρες σε θερμοκρασία δωματίου για να κρυσώσει.
- Βάζουμε το μέλι, τα καρύδια, τα φύλλα δυόσμου, πασπαλίζουμε με την κανέλα και σερβίρουμε.

## Συστατικά

Για τη βάση

- 100 γρ. καρύδια
- 100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 150 γρ. μπισκότα τύπου digestive
- 60 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου

Για την κρέμα

- 600 γρ. [πουρέ γλυκοπατάτας](#)
- 700 γρ. τυρί κρέμα
- 200 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 3 αυγά, μέτρια
- 2 κ.σ. κρέμα γάλακτος 35%
- 1 1/2 κ.γ. κανέλα, σε σκόνη
- 1/2 κ.γ. τζίντζερ
- 1/2 κ.γ. μοσχοκάρυδο
- 1 κ.σ. κορν φλάουρ
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)

Για το σερβίρισμα

- 1 κ.σ. μέλι
- καρύδια
- φύλλα δυόσμου
- 1 κ.γ. κανέλα

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

590 Θερμίδες (kcal)	36.0 Λιπαρά (γρ.)	18.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	55.0 Υδατ/κες (γρ.)
30%	51%	90%	21%
39.0 Σάκχαρα (γρ.)	9.4 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.4 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.93 Αλάτι (γρ.)
43%	19%	10%	16%