רכיבים:

250 גרם גבינת שמנת , או לכל הפחות 9%

2 ביצים מופרדות

מעט קמח

כפית ממתיק מלאכותי נוזלי

אופן ההכנה:

1. מפרידים את החלבונים והחלמונים, את החלבונים מקציפים שתי דקות.

2. את שאר החומרים מערבבים יחד בקערה נפרדת.

3. מוסיפים את החלבונים לקערה הנפרדת, מקלפים מעט, והבלילה מוכנה.

4. יוצקים עם כפית לתבנית סיליקון (כמו תבנית של מאפינס). מחממים תנור ל 180 מעלות במשך 20 דקות.