



## کیک صبحانه ساده

این کیک صبحانه ساده را می‌توانید شب درست کنید و یک یا دو روز برای نخستین وعده غذایی خود میل کنید.

این کیک صبحانه ساده را می‌توانید شب درست کنید و یک یا دو روز برای نخستین وعده غذایی خود میل کنید.

تعداد: 24 نفر | زمان تهیه: 20 دقیقه | زمان پخت: یک ساعت و 15 دقیقه

### مواد لازم

6 عدد تخم‌مرغ  
یک پیمانه کره  
225 گرم پنیر خامه‌ای خرد شده  
2 3/4 پیمانه شکر  
یک قاشق چایخوری نمک  
4 قاشق چایخوری وانیل  
سه پیمانه آرد شیرینی

### طرز تهیه

تخم‌مرغ را از 30 دقیقه قبل در دمای اتاق قرار دهید. کره را کف قالب نان بمالید تا کاملا چرب شود. سپس روی آن آرد بپاشید و کنار بگذارید.  
در یک کاسه بزرگ، کره را با سرعت زیاد هم‌زن حدود دو دقیقه هم بزنید تا کاملا رنگش عوض شود. پنیر خامه‌ای را اضافه کنید و خوب هم بزنید. شکر را کم‌کم اضافه کنید و با سرعت پایین هم بزنید.  
نمک را اضافه کنید و 5 دقیقه دیگر هم بزنید. سرعت هم‌زن را زیاد کنید و دو دقیقه هم با سرعت بالا هم بزنید.  
تخم‌مرغ‌ها را یک‌به‌یک اضافه کنید و مجموعاً 20 تا 30 دقیقه هم بزنید. سپس وانیل را به همراه آخرین تخم‌مرغ اضافه کنید.  
به تدریج، 2.5 پیمانه آرد را اضافه کنید و با سرعت پایین هم‌زن هم بزنید تا کاملاً مخلوط شوند. سپس بقیه مراحل هم زدن را با قاشق چوبی ادامه دهید تا کاملاً فرم خمیری به خود بگیرد. مواد را داخل قالب بریزید. قالب را در فر قرار دهید.  
فر را با دمای 300 درجه فارنهایت روشن کنید و آن را به مدت یک ساعت و 15 دقیقه بپزید. در این فاصله نباید به هیچ عنوان در فر را باز کنید. پس از این زمان، یک چنگال در مرکز کیک فرو کنید و ببینید آیا کاملاً پخته شده است؟ اگر پخته بود، 10 دقیقه پیش از سرو آن را کنار بگذارید تا خنک شود.

### ارزش غذایی

کالری: 272  
چربی: 12 گرم  
کلسترول: 84 میلی‌گرم  
کربوهیدرات: 37 گرم  
فیبر: 1 گرم  
قند: 23 گرم

پروتئین: 4 گرم  
کلسیم: 20 گرم  
پتاسیم: 50 میلی‌گرم  
آهن: 2 میلی‌گرم  
سدیم: 127 میلی‌گرم