

MOUSSE DE PERA LIGHT



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Mary Díaz **Recetizador:** Pat Mol Ner



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Postre

Tipo de cocina: Para diabéticos

Otros: Cocina Saludable

Coste: Muy económico

Descripción:

Esta buenísima, no nos gustan mucho las peras pero esta receta nos ha encantado. Gracias a las PERAS RINCÓN DE SOTO, que me regalo esta cajita hice la receta.

Ingredientes para 2 personas :

- 1 pera
- Queso de untar
- 1 yogur 0 grasas cremoso
- Cristales de azúcar rosas
- Azúcar avainillado (edulcorante líquido)

Preparación:

Paso 1

PREPARACIÓN: Se pela la pera, se corta en trozos y se echa en el vaso de la batidora. Echamos también el yogur, 2 cucharadas de queso de untar, una cucharadita de azúcar avainillado o 5 gotas de edulcorante. Se tritura todo que quede una crema suavcita. Lo echamos en 2 moldes y decoramos con los cristales de azúcar rosa o con lo que queramos.