

# MOUSSE DE PERA LIGHT



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Mary Díaz **Recetizador:** karmela



**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.