MOUSSE DE PERA LIGHT

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

Creador: Mary Díaz **Recetizador:** marta gil chana

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Postre
Tipo de cocina: Para diabéticos
Otros: Cocina Saludable
Coste: Muy económico

Descripción:

Esta bueniisiimaaa, 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 liquido)

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 suavecita. Lo echamos en 2 moldes y decoramos con los cristales de azúcar rosa o con lo que queramos.