



Ecco una soluzione semplice e rapida per un aperitivo o uno spuntino fresco e leggero

### **ingredienti**

3 pere cosce

80 g di formaggio spalmabile "light"

### **preparazione**

prendete le pere e lavatele, togliete l'estremità e tagliatele in 4 grossi spicchi in verticale. togliete da ogni spicchio la parte centrale (ovvero l'alloggiamento degli ossicini) e riempite quelle cavità ottenute, con del formaggio spalmabile fresco e light (quello a basso contenuto di grassi).

servire le barchette fresche di frigo.