

Blomkålsris (Gustav)

Brug dem som erstatning for Kartoffler, ris og pasta.

Ingredienser

- Blomkål
- Krydderier efter smag og behag
- Lidt olie

Fremgangsmåde

- Riv blomkålen på et rivejern.
- Hæld olie og de ønskede krydderier på en pande og varm den op.
- Tilføj blomkålsrisene og rør rundt til de er opvarmet og pakket ind i krydderierne

