

# „Gesunde Rezepte“

## Falscher Reis

### ZUTATEN

Blumenkohl  
 Rotkohl  
 Zwiebel  
 Petersilie  
 Knoblauch  
 Olivenöl  
 Pfeffer und Salz



### ZUBEREITUNG

Mixen Sie den Blumenkohl so, dass er wie Reis aussieht. Auf Olivenöl eine beliebige Menge Gemüse anbraten (je nach Geschmacksvorlieben). Mit Salz und Pfeffer würzen.

