

ZUTATEN

- 1 Verpackung Garden Gourmet Filet Stripes
- 1 kleiner Blumenkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Frischer Ingwer
- 1 Lauch
- 1 rote Peperoni
- 1 Chili
- 1 Esslöffel Hoisin-Sauce
- 1 Esslöffel Sojasauce
- 1 Handvoll Cashewnüsse



Wirf auf keinen Fall die Blumenkohlblätter weg, sondern verwende sie in diesem leckeren, veganen und asiatisch inspirierten Garden Gourmet-Rezept!

ZUBEREITUNG

1. Blumenkohlreis zubereiten

Zuerst wird der Blumenkohlreis zubereitet. Dafür die Blätter des Blumenkohls vom Rest trennen, aber nicht wegwerfen und den Blumenkohl mit einer Raffel reiben.

2. Gemüse schneiden

Die Zwiebel, rote Peperoni, Lauch und Chili schneiden. Knoblauch und Ingwer ebenfalls klein hacken.

3. Mischen und umrühren!

Sojasauce, Chili-Pfeffer, Knoblauch und Ingwer in einer Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Anschliessend die Blumenkohlblätter, das gesamte Gemüse und natürlich die veganen Garden Gourmet Filet Stripes hinzufügen. Bei Belieben die Hoisin-Sauce hinzufügen.

4. Servieren und geniessen!

Nun ist es Zeit das leckere Menu zu servieren! Dazu die Gemüsemischung zum Blumenkohlreis hinzufügen und mit einigen Cashewnüssen garnieren.

FINDE WEITERE REZEPTE AUF [GARDENGOURMET.CH/DE](https://gardengourmet.ch/de)