



ASTUCES

FAIRE UNE SEMOULE DE CHOU-FLEUR

Vous pouvez réaliser la semoule de chou-fleur au robot, ou encore tout simplement avec un outil de type Magic Bullet pour une petite quantité.

1. Couper les bouquets de chou-fleur.
2. Réduire en semoule au robot.
3. Verser dans un bol et retirer les morceaux plus gros.
4. Assaisonner à votre goût d'herbes fraîches, de raisins secs ou de noix.