



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [Chantal Voets](#) | Foto: Jackie Boromeo | ©Chantal Voets

Couscous van bloemkool met Okinawa Omega

Ingrediënten

- 1 grote bloemkool (of 2 kleintjes)
- ½ kopje citroensap
- 2 eetlepels Okinawa omega 3/6/7/9 Happy Delight
- 2 eetlepels Amanprana Orac Botanico mix mild
- 1 bussel koriander
- 1 bussel bladpeterselie
- 1 bussel munt
- paar zwarte olijven

Extra info

Recept geschikt voor:

4 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

10 minuten

Bereidingstijd:

0 minuten

Totale bereiding:

10 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van couscous van bloemkool met okinawa omega

Bereiding

Verdeel de bloemkool in fijne roosjes en blend deze tot een korrelige couscous.

Meng deze couscous met de overige ingrediënten in een mooie kom en serveer.

Speciale wensen

- [Lactosevrij](#)
- [Vegetarisch](#)
- [Glutenvrij](#)
- [Veganistisch](#)
- [Raw food](#)
- [Koolhydraatarm](#)