



Veganer Air Fryer Blumenkohl

Veganer Air Fryer Blumenkohl

1 Teelöffel Öl

350 g Blumenkohl, in Röschen geschnitten

2 Teelöffel McCormick Air-Fry Gemüse Mix

Gesamtzeit: 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Veganer Air Fryer Blumenkohl

1.

Den Blumenkohl in eine Schüssel geben, etwas Öl sowie das Gewürz hinzufügen und gut vermengen, bis sich alles gleichmäßig verteilt hat.

Bei 200 Grad 7-10 min. frittieren. Nach der Hälfte der Zeit einmal alles gut durchschütteln.

Tipps:

Passe deine Garzeit ggf. an die Angaben deines Air Fryer Herstellers an.

Ebenfalls perfekt geeignet für Maiskolben-Scheiben oder Chicken Wings, Paprikastücke, Auberginen oder Süßkartoffel.