

2022
KW 33

Hannes Posch



Tiroler Gemüsekiste OG
Familie Lebesmühlbacher
A-6233 Kramsach · Wittberg 24
Tel: 05337 – 64 563 · Fax: 63601
E-Mail: tiroler@gemuesekiste.at
www.tiroler.gemuesekiste.at



Die Kloane:

1 Kopfsalat oder 1 Romanischer Salat, 3 Tomaten, 1 Bierrettich, 2 Zuckermais-Kolben, 1 Bund Mangold

Gemüsekiste:

1 Lollo Rosso, 1 Paprika, 1 Bierrettich, 1 Broccoli, 2 Zuckermais-Kolben, ¾ kg Trüffel-Kartoffel, 1 Bund Mangold

Familienkiste:

1 Kopfsalat oder 1 Romanischer Salat, 1 Lollo Rosso, 1 Bund Mangold, 1 Bierrettich, 1 Broccoli, 3 Zuckermais-Kolben, 1 kg Trüffel-Kartoffel, 2 Zucchini

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Vorschau Zusatzkisten 2022/2023

KW 35	31.8.-2.9.2022	Kartoffeln mehlig (10 kg) Tiroler Feldzwiebeln (4 kg)	€ 14,40 € 10,80
KW 36	07.-09.09.2022	Kartoffeln rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 37	14.-16.09.2022	Äpfel (8-8,5 kg Gala) & Birnen (1,5-2 kg Williams)	€ 24,40
KW 38	21.-23.09.2022	Äpfel (je 5 kg Gala & Elstar)	€ 24,40
KW 39	28.-30.09.2022	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 40	05.-07.10.2022	Äpfel (6 kg Elstar & 4 kg Freiherr v. Hallberg)	€ 24,40
KW 41	12.-14.10.2022	Äpfel (je 5 kg Boskoop & Jonagold)	€ 24,40
KW 42	19.-21.10.2022	Kartoffeln rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 43	26.-28.10.2022	Äpfel (je 5 kg Gala & Topaz) Kartoffeln mehlig (10 kg)	€ 24,40 € 14,40
KW 44	02.-04.11.2022	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 45	09.-11.11.2022	Äpfel (10 kg Boskoop)	€ 24,40
KW 46	16.-18.11.2022	Apfelsaft (10 l)	€ 28,40
KW 47	23.-25.11.2022	Äpfel (3 kg Jonagold & 7 kg Topaz)	€ 24,40
KW 48	30.11.-2.12.2022	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 04	25.-27.01.2023	Äpfel (6-7 kg Topaz & 3-4 kg Rubinella)	€ 24,40
KW 08	22.-24.02.2023	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40

Zusatzkiste: Zwetschken

3 kg Zwetschken
Preis: € 13,35 inkl. MwSt.

KW 34: 24.-26.08.2022

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 23.08.2022, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.

Werte Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Links sehen Sie die geplante Übersicht, für wann welche Zusatzkisten bestellt werden können. In der kommenden Woche erhalten Sie bei Bedarf noch einmal die schmackhaften heimischen Zwetschken, in der Woche darauf stehen uns bereits die "mehligten Kartoffeln" als Zusatz zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen nun einen guten Appetit ... und bleiben Sie gesund!
Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

REZEPTE

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Homepage unter www.tiroler.gemuesekiste.at

Linsen-Bowl mit frischem Mais, Zucchini und Nektarinen

Rezept für 4 Personen

200 g gemischter Blattsalat, 150 g Beluga-Linsen (dunkle Linsen), 3 Nektarinen, 2 Zuckermais kolben, 2 Zucchini, 1 Zitrone (Saft), 4 EL grünes Pesto, Kürbiskernöl zum Beträufeln, ein paar Minze- und Basilikum-Blätter

Blattsalat waschen, in mundgerechte Stücke zupfen, mit Basilikum- und Minze-Blätter vermengen. Beluga-Linsen waschen, nach Packungsanleitung kochen, auskühlen lassen, unter den Salat mengen, in Schüsseln anrichten. Nektarinen in Spalten, Zucchini der Länge nach in Scheiben schneiden. Von den Maiskolben der Länge nach Stücke abschneiden (Späne) oder die Maiskolben in dünne Scheiben schneiden. Mais, Nektarinen und Zucchini auf ein Backblech (Backpapier) geben, 15 Minuten bei 200 – 220°C grillen. Nektarinen, Mais und Zucchini auf dem Blattsalat mit den Linsen anrichten, mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Kürbiskernöl beträufeln, mit Pesto anrichten.

Italienische Tomaten-Mangold-Minestrone mit weißen Bohnen

Rezept für 4-6 Personen

800 g Tomaten, 500 g Mangold, 400 g weiße Bohnen (aus der Dose), 400 ml Gemüsebrühe, 3 Stangen vom Stangensellerie, 2 Karotten, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 1 EL Tomatenmark, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 Handvoll Basilikumblätter, Olivenöl zum Anbraten, Parmesan zum Bestreuen

Tomaten häuten (mit kochendem Wasser überbrühen, Tomatenhaut abziehen) und in Würfel schneiden. Mangold-Blätter und -Stiele, Selleriestangen, Karotten, Knoblauch, Zwiebel und Basilikum klein schneiden, weiße Bohnen waschen und abtropfen lassen. Zwiebel in Olivenöl anbraten, Mangold-Stiele, Stangensellerie, Karotten und Knoblauch mitrösten, Tomatenmark einrühren, mit Gemüsebrühe und Tomatenwürfel ablöschen, 30 Minuten schmoren lassen, gelegentlich umrühren. Weiße Bohnen und Mangold-Blätter zugeben, 10 Minuten köcheln lassen, bei Bedarf mit Wasser verlängern, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Basilikum und gehobeltem Parmesan bestreut servieren, dazu passt knuspriges Weißbrot.