

2022
KW 34

Hannes Posch



Tiroler Gemüsebox 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 roter Blattsalat, 3 Tomaten,
1 Melanzani, 1 Hokkaido-Kürbis,
1 kg mehliges Kartoffeln

Gemüsebox:

1 Blattsalat, 1 Paprika, 4 Tomaten,
1 Hokkaido-Kürbis, 4 gelbe
Zwiebel, 1 Broccoli, 1 kg mehliges
Kartoffeln

Familienbox:

1 roter Blattsalat, 1 Blattsalat,
1 Melanzani, 1 Hokkaido-Kürbis,
1 Broccoli oder 1 Karfiol, 1 Paprika,
6 Karotten, 1 Bund Mangold,
1 kg mehliges Kartoffeln

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Werte Genießer der Tiroler Gemüsebox!

Die befürchteten massiven Niederschläge sind bei unseren Gemüsebauern ausgeblieben und es hat am vergangenen Wochenende perfekte 25 Liter pro m² geregnet. Somit gibt es keinerlei Staunässe und das Gemüse kann mit optimaler Feuchtigkeit in den nun langsam beginnenden Frühherbst starten.

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

Zusatzbox: Kartoffeln

10 kg mehliges Kartoffeln
Preis: € 14,40 inkl. MwSt.

Zusatzbox: Zwiebeln

4 kg Tiroler Feldzwiebeln
Preis: € 10,80 inkl. MwSt.

KW 35: 31.-08.-02.09.2022

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 30.08.2022, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder Fax zu bestellen.



Vorschau Zusatzboxen 2022/2023

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 Ditta (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 Ditta (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 Ditta (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 Ditta (10 kg)	€ 14,40

REZEPTE

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

Gnocchi mit Kürbis und Basilikum

Rezept für 4 Personen

Gnocchi: 1000 g mehliges Kartoffeln, 200 g Mehl, 1 Ei, Salz

Kartoffeln kochen, schälen, zerdrücken, mit Mehl, Ei und Salz zu einem Teig verkneten. Teig in 2 cm dicke Rollen formen, in 2-3 cm lange Stücke schneiden, Gnocchi formen, diese in Salzwasser köcheln, bis sie aufsteigen (3-4 Minuten) und an der Oberfläche schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen.

Kürbis-Sauce: 400 g Kürbisfleisch, Olivenöl zum Anbraten, Salz

4 EL Butter gebräunt zum Übergießen, Muskatnuss gemahlen und 1 Handvoll Basilikumblätter zum Bestreuen; Kürbis schälen, in 1 cm große Würfel schneiden. Olivenöl erhitzen, Kürbiswürfel darin goldbraun braten, bis sie weich sind, mit Salz würzen. Gnocchi zugeben, untermengen, auf Tellern anrichten, mit flüssiger, gebräunter Butter übergießen, mit Basilikum-Blätter und Muskatnuss bestreut servieren.

Einfacher Kartoffel-Melanzani-Auflauf

Rezept für 2 Personen

400 g Kartoffeln gekocht, 300 g Melanzani, 250 g Tomaten, 125 g Mozzarella, 50 g Emmentaler, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 1 Prise Zucker, 1 Prise Zimt, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 Handvoll frische Kräuter (Petersilie, Basilikum...), Olivenöl

Gekochte Kartoffeln schälen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Melanzani der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben schneiden, bei mittlerer Hitze in Olivenöl braten, bis diese Farbe angenommen haben, mit Salz würzen. Tomaten häuten (mit kochendem Wasser überbrühen, Haut abziehen), in Würfel schneiden. Knoblauch, Zwiebel und Kräuter fein hacken. Zwiebel in Olivenöl andünsten, mit Tomatenwürfel ablöschen, mit Knoblauch, Zucker, Zimt, Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. Mozzarella in Scheiben schneiden, Emmentaler reiben. Eine Auflaufform mit Olivenöl ausstreichen, abwechselnd Tomatensauce, Melanzani-, Kartoffelscheiben und Emmentaler einschichten, letzte Schicht mit Mozzarella-Scheiben belegen, bei 175°C 30 Minuten überbacken.