

2022
KW 36

Josef 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 Romanischer Salat, 1 Kohlrabi,
1 Hokkaido-Kürbis, 2 Rohnen mit
Grün, 5 Karotten

Gemüsebox:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat,
1 Hokkaido-Kürbis, 1 Kohlrabi,
2 Rohnen mit Grün, 1 Karfiol,
5 Karotten

Familienbox:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat,
4 Tomaten, 1 Hokkaido-Kürbis,
2 Kohlrabi, 3 Rohnen mit Grün,
1 Romanesco, 1 Melanzani

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Werte Genießer der Tiroler Gemüsebox!

Seit einigen Tagen ist die Ernte bei unseren Apfelbauern, der Familie Thomas und Barbara Giner aus Thaur, im vollen Gange. Die ersten Äpfel haben wir schon verkosten dürfen und wir glauben, dass nicht zuviel versprochen wird, wenn wir von einer außerordentlichen Qualität sprechen. Bei der ersten Lieferung von **Zusatzboxen** in der kommenden Woche mischen wir ca. 8 kg frisch gepflückte **Jausen-Äpfel** der Sorte **Gala** mit ca. 2 kg **Williams Birnen**.

Verpackung: Vielen Dank für die weiterhin sehr hohe Quote an retourniertem Leergut, Sie leisten mit Ihrer aktiven Rückgabe einen wertvollen Beitrag zur Ressourcenschonung und Kosteneinsparung.

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

Zusatzbox: Äpfel & Birnen

8-8,5 kg Gala & 1,5-2 kg Williams
Preis: € 24,40 inkl. MwSt.

KW 37: 14.-16.09.2022

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 13.09.2022, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder Fax zu bestellen.



Vorschau Zusatzboxen 2022/2023

KW 38	Äpfel (je 5 kg Gala & Elstar)	€ 24,40
KW 39	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 40	Äpfel (6 kg Elstar & 4 kg Freiherr v. Hallberg)	€ 24,40
KW 41	Äpfel (je 5 kg Boskoop & Jonagold)	€ 24,40
KW 42	Kartoffeln rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 43	Äpfel (je 5 kg Gala & Topaz) Kartoffeln mehlig (10 kg)	€ 24,40 € 14,40
KW 44	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40

KW 45	Äpfel (10 kg Boskoop)	€ 24,40
KW 46	Apfelsaft (10 l)	€ 28,40
KW 47	Äpfel (3 kg Jonagold & 7 kg Topaz)	€ 24,40
KW 48	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40
KW 04	Äpfel (6-7 kg Topaz & 3-4 kg Rubinella)	€ 24,40
KW 08	Kartoffeln Evita (10 kg)	€ 14,40

REZEPTE

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

Rohnen-Torte mit Mascarpone-Creme

Rezept für 1 Springform (Tortenform)

250 g Zucker, 200 g gekochte Rohnen, 200 ml geschmacksneutrales Öl, 200 g Mehl, 80 g Kakao, 5 g Back-Kakao (bitter), 3 Eier, 1 ½ TL Backpulver, ½ TL Zimt, echtes Vanillepulver

Tortenform einfetten und bemehlen. Gekochte Rohnen schälen, fein reiben. Zucker, Öl und Eier schaumig schlagen, Rohnen unterziehen. Alle trockenen Zutaten vermengen, in den Teig einrühren, in die vorbereitete Tortenform füllen, bei 180°C Umluft 35-40 Minuten backen.

Mascarpone-Creme: 250 ml Rahm, 4 EL Mascarpone, 1-2 EL Eierlikör, 1 EL Zucker

Rahm zu festem Schlag schlagen, mit den restlichen Zutaten vorsichtig vermengen. Torte mit der Mascarpone-Creme verzieren.

Pasta mit cremiger Kürbis-Kokos-Sauce und Salbei

Rezept für 4 Personen

220 g Spaghetti, 600 g Hokkaido-Kürbis, 200 ml Kokosmilch, 1 Zwiebel, 1 Stück Ingwer (2 cm) oder 1 Knoblauchzehe, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, frischer Salbei (ersatzweise Basilikum), Olivenöl zum Anschwitzen

Spaghetti al dente kochen. Hokkaido-Kürbis schälen, entkernen, ein paar Stücke in ganz dünne Spalten, den Rest in Würfel schneiden. Kürbisspalten mit einigen Salbeiblättern in Olivenöl braten, aus der Pfanne nehmen, warmhalten. Kürbiswürfel mit etwas Wasser weichdünsten, Wasser abgießen, Kürbiswürfel pürieren. Zwiebel, Ingwer oder Knoblauch schälen, fein hacken, in Olivenöl anschwitzen, mit Kokosmilch ablöschen, Kürbis-Mus einrühren, nochmals pürieren, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Cremige Kürbis-Kokos-Sauce mit der Pasta vermengen, mit den Kürbisspalten anrichten, mit frischen Salbeiblättern garnieren.