

2023  
KW 20

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 Romanischer Salat, 1 Kohlrabi,  
1 Bund Radieschen,  
½ kg Rhabarber, 1 Bund  
Petersilie, 1 kleiner Bund Rucola

#### Gemüsekiste:

1 Kopfsalat, 1 grüner Blattsalat,  
1 Kohlrabi, 1 Bund Radieschen,  
60 dag Rhabarber, 1 Bund  
Petersilie glatt, 1 Bund Rucola

#### Familienkiste:

1 Eissalat, 1 grüner Blattsalat,  
2 Kohlrabi, 1 Bund Rucola,  
¾ kg Rhabarber, 1 Bund Petersilie  
glatt, 2 Bund Radieschen, 1 Karfiol

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

### Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Die Nähe zum Produzenten ist in unserer heutigen Zeit, die von Anonymität und Unsicherheiten geprägt ist, ein kostbares Gut und gewinnt immer mehr an Bedeutung. Der direkte Austausch und die Kommunikation mit dem regionalen Produzenten schafft Vertrauen. Das wiederum motiviert, regelmäßig beim Bauern, Metzger, Fischzüchter und Senner vor Ort einzukaufen und auch an Freunde und Bekannte weiterzuempfehlen. Gemeinsam mit unseren 4 Landwirten, den Familien Puelacher Sabina und Romed, Posch Bettina und Josef, Posch Hannes und Giner Anton können wir Sie von ca. Mitte April bis Ende November mit frischem, heimischen Saison Gemüse bedienen. Es werden übers Jahr an die 50 verschiedenen Gemüsesorten angebaut, je nach Reife findet das Gemüse seinen Weg in die Gemüsekiste, und somit auch zu Ihnen.

**Vielen herzlichen Dank für die Retournierung der Kartons, dies hilft den Landwirten Verpackungsmaterial zu sparen und ist in weiterer Folge ein wesentlicher Beitrag zum Umweltschutz!**

In der kommenden Woche gibt es noch einmal die Möglichkeit, den naturvergoldenen Apfelessig von unseren Apfelbauern, der Familie Barbara und Thomas Giner aus Thaur, zu bestellen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit! Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

#### Zusatzkiste: Apfelessig

3 l naturvergorener Apfelessig im  
Vakuumbutel

Preis: € 23,90 inkl. MwSt.

#### Zusatzkiste: Kochbuch

Tiroler Gemüsekiste – G'schichtn &  
Rezepte, gebunden, 216 Seiten

Preis: € 29,90 inkl. MwSt.

#### KW 21: 24.-26.05.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 23.05.2023, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.

## REZEPTE

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Homepage unter [www.tiroler.gemuesekiste.at](http://www.tiroler.gemuesekiste.at)

### Kohlrabi-Ingwersuppe mit Shrimps

Rezept für 4 Personen

*600 g Kohlrabi, 200 ml Gemüsebrühe, 200 ml Rahm, 180 g geschälte, gekochte Shrimps, 1 kleine Zwiebel, 1 EL frischer Ingwer, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Butter zum Andünsten, 1 Handvoll frische Petersilie (gehackt)*

Kohlrabi schälen, in kleine Würfel schneiden, in etwas Salzwasser bissfest garen. Zwiebel und Ingwer fein hacken, in Butter andünsten, mit Gemüsebrühe und Rahm aufgießen, aufkochen lassen, ¾ der Kohlrabi-Würfel zugeben, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, Suppe fein pürieren. Kurz vor dem Servieren die Suppe nochmals ankochen, restliche Kohlrabi-Würfel und Shrimps darin anwärmen, mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

### Topfen-Laibchen mit Rhabarber-Kompott und rosa Pfefferbeeren

Rezept für 4 Personen

**Topfen-Laibchen:** 300 g Topfen, 120 g Vollkornmehl, 50 g Rohrzucker, 30 g weiche Butter, 2 Eier, ½ Pkg. Backpulver, 1 Prise Salz, Butter zum Braten • Topfen mit Zucker, weicher Butter, Eiern und Salz verrühren, Mehl gemischt mit Backpulver unterheben. Butter in einer Pfanne erhitzen, kleine Topfen-Laibchen darin auf beiden Seiten goldbraun backen, noch warm mit Staubzucker bestreuen, mit dem Rhabarber-Kompott anrichten.

**Rhabarber-Kompott:** 500 g Rhabarber, 125 ml Weißwein trocken, 125 ml Wasser, 70 g Zucker, 2 TL zerstoßene rosa Pfefferbeeren, 1 TL Vanillezucker; Rhabarber schälen, in 3 cm lange Stücke schneiden. Die Rhabarber-Schalen in Weißwein, Wasser, Zucker, Vanillezucker und mit den zerstoßenen Pfefferbeeren 5 Minuten köcheln lassen. Den Saft durch ein Sieb in einen Topf passieren, Rhabarberstücken darin einmal aufkochen, Topf von der Platte ziehen und vor dem Servieren abkühlen lassen.

### Rhabarber-Erdbeer-Kuchen

Rezept für 1 Tarte-, oder Springform

**Mürbteig:** 300 g Mehl, 200 g kalte Butter, 100 g Zucker, 1 Ei, 3 EL zerlassene Butter zum Bestreichen, 1 EL Zucker zum Bestreuen

Mehl und Zucker auf die Arbeitsfläche geben, kalte Butter klein geschnitten darunterermischen, mit den Händen "abbröseln", Ei zugeben und alle Zutaten zu einem Teig verkneten, 30 Minuten kühlstellen. ¾ des Teiges ausrollen, in die Tarte- oder Springform (befetten und bemehlen) füllen, dabei einen Rand hochziehen, die Fülle darauf verteilen. Restlichen Teig ausrollen, in Streifen schneiden, gitterförmig auf die Fülle legen. Gitter mit zerlassener Butter bestreichen, mit Zucker bestreuen (ergibt eine schöne Kruste). Kuchen bei 180°C 45 Minuten backen, mindestens 3 Stunden auskühlen lassen, damit die Fruchtmischung fest wird. Am besten über Nacht stehen lassen!

**Fülle:** 400 g Rhabarber, 400 g Erdbeeren, 200 g Rohrzucker, 3 gehäufte EL Agar-Agar

Rhabarber in 1 cm lange Stücke schneiden, Erdbeeren halbieren. Rhabarber- und Erdbeerstücke in einer Schüssel vermengen, mit Zucker und Agar-Agar vermengen, 15 Minuten Saft ziehen lassen, Saft abgießen!