

2023
KW 25

Anton Giner



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 Bund Schnittlauch, 1 Frühlkraut, 1 Knolle Knoblauch, 1 Broccoli

Gemüsekiste:

1 Eichblattsalat rot, 1 Lollo Bionda, 1 Bund Radieschen, 1 Bund Jungzwiebel, 1 Kohlrabi, 1 Broccoli, 1 Frühlkraut

Familienkiste:

1 Eichblattsalat rot, 1 Lollo Bionda, 1 Bund Petersilie, 2 Zucchini, 1 Bund Karotten, 1 Bund Mangold, 1 Gemüsezwiebel, 1 Romanesco, 1 Broccoli

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Wie schon in der letzten Woche angekündigt, können wir in den kommenden beiden Lieferwochen die ersten "Heurigen", also die ersten **Tiroler Frühkartoffeln**, als Zusatzkisten anbieten. In der nächsten Woche, Kalenderwoche 26 (28.6.-30.6.2023), gibt es die 5 kg-Einheit zu einem Preis von € 13,10, und in der Folgewoche, der Kalenderwoche 27 (5.7.-7.7.2023), dann die 10 kg-Einheit zu einem Preis von € 17,30. Zu bestellen wie gewohnt telefonisch, per Mail oder über unsere App.

Was gibt es sonst noch **NEUES** in der Kiste? Die ersten **Zucchini** sind bereits erntereif, somit zieht der Sommer nun endgültig ein. Wir freuen uns, euch in den kommenden Wochen mit frischem Tiroler Sommergemüse verwöhnen zu dürfen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Vorschau Zusatzkisten

KW 27 05.-07.07.2023 **Frühkartoffeln (10 kg)** € 17,30

Zusatzkiste: Frühkartoffeln

5 kg

Preis: € 13,10 inkl. MwSt.

KW 26: 28.-30.06.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 27.06.2023, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.



REZEPTE

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

Pasta mit Zucchinicreme und Mozzarella

Rezept für 4 Personen

350 g Pasta (z.B. dünne Spaghetti), 250 g Zucchini, 100 g Frischkäse, 4 EL geriebener Parmesan, 2 Mozzarella (oder Burrata), 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Bio-Zitrone (Schale), Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 Handvoll Basilikum, Olivenöl

Pasta al dente kochen. Zucchini klein würfelig schneiden. Mozzarella halbieren. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Etwas von der Zitronenschale abreiben, restliche Zitronenhaut (nur die gelbe Zitronenhaut) für die Garnitur in Streifen schneiden. Zucchini, Zwiebel und Knoblauch in 2 EL Olivenöl andünsten, mit Frischkäse, Parmesan und Zitronenschale pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen, gut anwärmen, mit der Pasta vermengen, auf Tellern mit je einer Hälfte Mozzarella anrichten, mit Basilikumblätter und Zitronenzesten garnieren, mit Olivenöl beträufeln.

Frühlkraut mit Salbeibutter

Beilage z.B. zu Ripperl vom Grill, zu Kartoffeln,...

1 Frühlkraut, 4 EL Butter, 2 EL frische, gehackte Salbeiblätter, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Frühlkraut in feine Streifen schneiden. Butter aufschäumen lassen, gehackte Salbeiblätter darin schwenken, Frühlkraut zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, bei guter Hitze zugedeckt kurz braten (Achtung brennt schnell an, wirklich nur kurz braten), bei Bedarf nachwürzen.

Tipp: Marinade für 2 Rippenbögen vom Schwein: 4 EL Honig, 4 EL süßer Senf, 2 EL Balsamico, 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer
Rippenbögen marinieren und grillen.

Blätterteigtaschen mit Broccoli-Ricotta-Fülle und Joghurt-Dip

Rezept für 4 Personen

Blätterteigtaschen mit Broccoli-Ricotta-Fülle: 3 Stk. Blätterteig (Fertigprodukt), 400 g Broccoli, 250 g Ricotta, 3 Jungzwiebel, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer aus der Mühle, frische Kräuter (Basilikum, Thymian, Petersilie...), Olivenöl zum Andünsten, Ei zum Bestreichen, schwarzer Sesam zum Bestreuen

Broccoli in Röschen teilen, bissfest garen, kalt abschrecken, im Mixer zerkleinern. Jungzwiebel samt dem Grün in feine Ringe schneiden, Knoblauch und Kräuter fein hacken. Jungzwiebel und Knoblauch in Olivenöl andünsten, von der Platte nehmen, mit Broccoli, Ricotta, Salz, Pfeffer und Kräutern vermengen. Blätterteige auslegen, jeweils bis zur Hälfte mit der Fülle bestreichen, Teig beginnend mit dem bestrichenen Teil einrollen, 5 cm lange Stücke abschneiden, diese auf ein Backblech (Backpapier) legen, mit verquirltem Ei bestreichen, mit schwarzem Sesam bestreuen, bei 200°C 20-25 Minuten goldbraun backen, mit dem Joghurt-Dip servieren.

Joghurt-Dip: 250 g Joghurt (z.B. griechische Art, hoher Fettanteil), 1 Prise Koriander gemahlen, 1 Prise Kreuzkümmel gemahlen, Salz
Alle Zutaten verrühren.