

2023
KW 27

Romed Puelacher



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 weiches Frühlkraut, 2 Zucchini, 4 Karotten, 1 Gurke, 750 g kleine Frühkartoffeln gewaschen

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüsekiste:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat, 1 Bund Mangold, 1 Melanzani, 1 Gurke, 1 kg kleine Frühkartoffeln gewaschen, 6 Karotten

Familienkiste:

1 Romanischer Salat, 1 Gentile, 1 Gurke, 1 Paprika, 2 Zucchini, ¾ kg Tomaten, 2 Kohlrabi, 1 kg kleine Frühkartoffeln gewaschen, 7 Karotten

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

In einzelnen Fällen kommt es für urlaubsbedingte Abmeldungen zu verspäteten Mitteilungen an uns. Dies ist für die Betroffenen, aber auch für unseren notwendigen straffen Organisationsablauf von möglichst später Ernte bis zur Lieferung vor Ihre Haustüre, eine unangenehme Situation. Sie können Ihre Lieferunterbrechung jederzeit bei uns anmelden. **Kurzfristig ist diese bis allerspätestens in der betroffenen Lieferwoche am Dienstag, um 12 Uhr möglich.** Vielen Dank für Ihr Verständnis! Kontrolle der Abbuchung zu Ihrer Tiroler Gemüsekiste: **Wir buchen immer im Nachhinein ab!** Beispiel: Diese Woche ist die KW 27. Am kommenden Montag, in der KW 28, erfolgt die Abbuchung von uns und der Betrag ist dann am Dienstag oder Mittwoch als Buchungszeile auf Ihrem Konto ersichtlich, mit dem Vermerk "KW 27". Selbstverständlich stehen wir bei Fragen während der üblichen Bürozeiten persönlich zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Kirschen

1,8 kg

Preis: € 22,98 inkl. MwSt.

KW 28: 12.-14.07.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 11.07.2023, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten

KW 29 19.-21.07.2023 Kirschen (1,8 kg) € 22,98

REZEPTE

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

Cremiges Curry aus Melanzani und Tomaten mit Erdnüssen

Rezept für 4 Personen

1 große oder 2 kleine Melanzani, 3 Tomaten, 1 Zwiebel, 1 Chilischote, 1 Stück Ingwer, 2 EL Erdnuss-Mus (naturbelassen), 2 EL Erdnüsse geröstet, 1 TL Koriander ganz, 1 TL Kreuzkümmel gemahlen, 1 TL Kurkuma gemahlen, Salz, 1 Handvoll frischer Koriander oder Petersilie, Öl zum Anrösten • Melanzani schälen, in Würfel schneiden, mit Salz bestreuen, Saft ziehen lassen, nach 15 Minuten mit den Händen ausdrücken. Tomaten häuten (mit kochendem Wasser übergießen, Haut abziehen), würfelig schneiden. Zwiebel in Streifen schneiden. Chilischote, Ingwer und Kräuter fein hacken. Gewürze in einem Mörser mischen, Koriander dabei zerstoßen, mit Chili und Ingwer vermengen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelstreifen darin rösten, bis diese Farbe angenommen haben, aus der Pfanne nehmen. Melanzani-Würfel braun anbraten, an den Rand schieben, Gewürzmischung in der Mitte der Pfanne kurz rösten, bis diese duftet, mit Tomatenwürfel ablöschen, 100 ml Wasser zugeben, 15 Minuten schmoren lassen. Erdnuss-Mus einrühren, auflösen lassen, mit Salz würzen. Curry mit gerösteten Erdnüssen und Kräutern bestreuen, mit Basmati-Reis servieren.

Puten-Rouladen mit roter Pesto-Fülle auf Mangold

Rezept für 2 Personen

Puten-Rouladen mit roter Pesto-Fülle: 2 große Putenschnitzel, 4 EL rotes Pesto aus dem Glas, etwas trockener Weißwein zum Dünsten (ersatzweise Gemüsebrühe), Salz, Pfeffer aus der Mühle, Butter zum Anbraten

Putenschnitzel klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit je 2 EL rotem Pesto auf einer Seite bestreichen (ist dann die Innenseite der Rolle), einrollen, mit einem Zahnstocher fixieren. Putenrouladen von allen Seiten in Butter kurz anbraten, mit Weißwein aufgießen, zugedeckt 20-30 Minuten dünsten. Putenrouladen in dicke Scheiben schneiden, auf dem Mangold anrichten.

Mangold: 500 g Mangold, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Öl zum Andünsten

Mangold putzen, Stiele in feine Scheiben, Blätter in breite Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken, Zwiebel in Ringe schneiden. Zwiebel in Öl anrösten, Mangold zugeben, zusammenfallen lassen, Flüssigkeit einkochen (ggf. abgießen), mit Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen, kurz dünsten und warmhalten.

Zucchini-Mandel-Kuchen mit Amaretto-Glasur

Rezept für 1 Springform

Zucchini-Mandel-Kuchen: 300 g Zucchini, 200 g geriebene Mandeln, 180 g Zucker, 150 g Mehl, 100 g Butter, 3 Eier, 1 Bio-Zitrone (Schale), 1 Backpulver, 1 Vanillezucker • Springform ausfetten und bemehlen. Zucchini sehr fein raspeln. Zucker, Butter, Eier und Vanillezucker zu einer dickschaumigen, weißlichen Masse verquirlen. Zucchini, Mandeln und Zitronenschale untermengen, Mehl und Backpulver unterheben. Masse in die Springform füllen, im vorgeheizten Backrohr bei 180°C Umluft 60 Minuten backen. Kuchen aus der Form nehmen und auskühlen lassen, mit der Amaretto-Glasur bestreichen.

Amaretto-Glasur: 1 Tasse Puderzucker, Amaretto nach Bedarf

Puderzucker teelöffelweise mit Amaretto zur gewünschten Konsistenz verdünnen.