

2023  
KW 34

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 Kopfsalat, 1 Paprika, 4 Tomaten,  
1 Kohlrabi, 1 Stangensellerie

#### Gemüsekiste:

1 Kopfsalat, 1 Radicchio,  
5 Tomaten, 1 Kohlrabi, 1 Karfiol,  
1 Hokkaido, 5 Karottent

#### Familienkiste:

1 Kopfsalat, 1 roter Blattsalat,  
5 Tomaten, 1 Karfiol, 2 Lauch,  
7 Karotten, 2 Kohlrabi, 1 Hokkaido

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

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

Der **Zustellplan der Zusatzkisten Äpfel, Apfelsaft und Kartoffeln** für den Herbst und die beiden Winterlieferungen ist mit den Landwirten abgestimmt und Sie können ab sofort Ihre Vorbestellungen bei uns bekannt geben.

Die **heißen Tage** bedeuten für unsere Landwirte und unser Ausliefererteam eine große Herausforderung. Es können Mängel passieren und **wir sind auf Ihre Rückmeldung angewiesen**, um reagieren zu können.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

#### Vorschau Zusatzkisten

KW 36	06.-08.09.2023	<b>Festkochende Kartoffeln</b> (10 kg)	€ 16,28
KW 36	06.-08.09.2023	<b>Tiroler Feldzwiebeln</b> (4 kg)	€ 11,74
KW 37	13.-15.09.2023	<b>Äpfel &amp; Birnen</b> (10 kg, ca. 8,5:1,5)	€ 25,88
KW 38	20.-22.09.2023	<b>Äpfel</b> Gala/Elstar (10 kg)	€ 25,88
KW 39	27.-29.09.2023	<b>Kartoffeln Anuschka</b> (10 kg)	€ 15,88
KW 40	04.-06.10.2023	<b>Äpfel</b> Ladina/Hallberg (10 kg)	€ 25,88
KW 41	11.-13.10.2023	<b>Äpfel</b> Elstar/Jonagold/Ladina (10 kg)	€ 25,88
KW 42	18.-20.10.2023	<b>Rotschalige Kartoffeln</b> (10 kg)	€ 15,88
KW 43	25.-27.10.2023	<b>Äpfel</b> Gala/Topaz (10 kg)	€ 25,88
KW 43	25.-27.10.2023	<b>Mehlige Kartoffeln</b> (10 kg)	€ 15,88
KW 44	01.-03.11.2023	<b>Kartoffeln Anuschka</b> (10 kg)	€ 15,88
KW 45	08.-10.11.2023	<b>Äpfel</b> Boskoop (10 kg)	€ 25,88
KW 46	15.-17.11.2023	<b>Apfelsaft</b> (10 l)	€ 29,75
KW 47	22.-24.11.2023	<b>Äpfel</b> Jonagold/Topaz (10 kg)	€ 25,88
KW 48	29.11.-01.12.2023	<b>Kartoffeln Anuschka</b> (10 kg)	€ 15,88
KW 04	24.-26.01.2024	<b>Äpfel</b> Topaz/Rubinella (10 kg)	€ 25,88
KW 08	21.-23.02.2024	<b>Kartoffeln Anuschka</b> (10 kg)	€ 15,88

#### Zusatzkiste: Kartoffeln

10 kg mehlig Kartoffeln  
Preis: € 16,28 inkl. MwSt.

#### Zusatzkiste: Kochbuch

Tiroler Gemüsekiste, "G'schichtn & Rezepte". 216 Seiten, gebunden  
Preis: € 29,90 inkl. MwSt.

#### KW 35: 30.08.-01.09.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 29.08.2023, 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)

### Bandnudeln mit Kürbissugo

Rezept für 4 Personen aus unserem Kochbuch „G'schichtn & Rezepte“, Lieblingsrezept von Eva Giner (S. 42)

500 g Bandnudeln, 350 g Hokkaidokürbis geschält, 1 große Karotte, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 2 Tomaten, 125 ml Gemüsebrühe, Thymian, 1 Msp. Muskatnuss, Salz, Pfeffer, geriebener Parmesan zum Bestreuen

**Sugo:** Tomaten einritzen, mit heißem Wasser übergießen, Haut abziehen. Kürbis und Karotten fein würfelig schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in etwas Öl anschwitzen und Gemüse mitrösten. Tomatenstücke untermengen, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Thymian würzen, mit Gemüsebrühe aufgießen. Sugo für ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Bandnudeln al dente kochen, mit Kürbissugo auf Tellern anrichten und mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.

### Gedünsteter Kohlrabi mit Rahm und Basilikum

Rezept für 2 Personen als Beilage

300 g Kohlrabi, 100 ml Rahm, 2 Handvoll Basilikumblätter, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Butter zum Andünsten

Kohlrabi schälen, in Würfel schneiden, in Butter andünsten, mit Rahm aufgießen, weichdünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikumblätter kurz vor dem Anrichten in Streifen schneiden, mit dem Kohlrabi vermengen.