

2023  
KW 35

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 Eissalat, 2 Zucchini, 3 Tomaten,  
1 Hokkaido, 1 Frühlkraut

### Gemüsekiste:

1 Radicchio, 1 Romanischer Salat,  
5 Tomaten, 2 Paprika, 1 Karfiol,  
1 Frühlkraut, 2 Zucchini

### Familienkiste:

1 Eissalat, 1 Romanischer Salat,  
1 großer Bund Rucola, 2 Paprika,  
1 großer Hokkaido, 1 Kohlrabi,  
2 Melanzani, 1 Karfiol

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

## Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

In der kommenden Woche erhalten Sie bei Bedarf erstmals die **vorwiegend festkochenden Kartoffeln**. Unsere Landwirte bauen **gelbfleischige und geschmackvolle Sorten** an, welche bereits schalenfester und auch lagerfähig sind. Für die Wintereinlagerung empfehlen wir Ihnen unsere Angebote bei den Lieferterminen ab Mitte Oktober.

### Vorschau Zusatzkisten

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

### Zusatzkiste: Kartoffeln

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

### Zusatzkiste: Zwiebeln

4 kg Tiroler Feldzwiebeln  
Preis: € 11,74 inkl. MwSt.

### KW 36: 06.-08.09.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 05.09.2023, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.



**Vorschau:** Gegen Ende dieser Woche beginnt bei der Familie Giner, den Apfelbauern, die erste Apfel und Birnenernte. Für die KW 37 (13.-15.9.) können wir Sie **einmalig mit der erntefrischen, geschmackvollen Apfelsorte Gala, kombiniert mit ca. 1,5 kg Williamsbirne bedienen**.

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

## REZEPTE

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

### Ratatouille gratiniert aus dem Ofen

Rezept für 4 Personen

*500 g Tomaten, 300 g Melanzani, 120 g Zucchini, 3 Paprika (bunt), 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 4 EL frisch geriebener Parmesan, 3 EL Semmelbrösel, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 Handvoll frische mediterrane Kräuter, Olivenöl zum Anbraten*

Tomaten häuten (mit kochendem Wasser übergießen), würfelig schneiden. Melanzani und Zucchini in ½ cm dicke Scheiben schneiden, Paprika achteln, Zwiebel, Knoblauch und Kräuter fein hacken. Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl hell andünsten, Tomaten zugeben, mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen, einkochen lassen, beiseitestellen. Melanzani, Zucchini, Paprika und 2 EL Olivenöl in einer Schüssel vermengen, in einer Pfanne gut anbraten, in eine Auflaufform abwechselnd Tomatensauce und Gemüse einschichten, bei 180°C im Rohr 20 Minuten schmoren lassen. Semmelbrösel und Parmesan mischen, Ratatouille nach 10 Minuten mit Käse-Brösel bestreuen, mit frischen Kräutern servieren, lauwarm mit knusprigem Weißbrot genießen.

### Krautpalatschinken

Rezept für 6-8 Stück

*Palatschinkenteig: 300 ml Milch, 200 g Mehl, 2 Eier, Salz*

*Fülle: 400 g Weißkraut, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Zucker, 1 TL Paprikapulver, Kümmel nach Belieben, Salz, Pfeffer, 1 EL Öl zum Anbraten*

Milch, Mehl, Eier und Salz gut verrühren, Palatschinken in Öl ausbacken. Kraut in Streifen schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Zwiebel und Knoblauch in Öl anrösten, Zucker zugeben, karamellisieren lassen, Kraut zugeben, mitdünsten, mit Kümmel, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Palatschinken füllen, einrollen, in eine beschichtete Pfanne geben und kurz im Backrohr erwärmen (150-180 °C), mit Blattsalat servieren.