

2023  
KW 38

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 kg festkochende Kartoffeln,  
5 Karotten, 25 dag grüne Bohnen,  
1 Kohlrabi, 1 Zucchini

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

### Gemüsekiste:

1 Romanischer Salat, 1 Kopfsalat,  
1 kg festkochende Kartoffeln,  
1 Lauch, 2 Zuckermaiskolben,  
7 Karotten, 30 dag grüne Bohnen

### Familienkiste:

1 Romanischer Salat, 1 Kopfsalat,  
1 kg festkochende Kartoffeln,  
2 Lauch, 3 Zuckermaiskolben,  
50 dag grüne Bohnen, 2 Zucchini,  
5 Tomaten

## Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Im letztem Jahr hat es vereinzelt Anfragen bezüglich **größerer Mengen an Sauerkraut** gegeben. Wir hatten einen Testlauf mit 4 kg Kübeln, die mit Begeisterung von jenen bewertet wurden, die eine solche Menge haben wollten. Vom kleinen Bauernhof des

### Zusatzkiste: Kartoffeln

10 kg Ditta, vorwiegend festkochend  
Preis: € 15,88 inkl. MwSt.

### KW 39: 27.-29.09.2023

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 26.09.2023, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.

### Vorschau Zusatzkisten

KW 40	04.-06.10.2023	Äpfel Ladina/Hallberg (10 kg)	€ 25,88
KW 41	11.-13.10.2023	Sauerkraut (4 kg)	€ 14,20
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 Ditta (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 Ditta (10 kg)	€ 15,88
KW 04	24.-26.01.2024	Äpfel Topaz/Rubinella (10 kg)	€ 25,88
KW 08	21.-23.02.2024	Kartoffeln Ditta (10 kg)	€ 15,88

**Martin Feistmantl, wo seit Generationen die Tradition des "Sauerkraut Einschneidens" gepflegt wird,** erhalten wir in Zukunft eine entsprechende Menge, die wir geschätzt und bei ihm vorbestellt haben.

Wir können Ihnen aus diesem Grund bereits für die KW 41 (11.10.-13.10.) ein erstes Mal die **"Zusatzkiste" Sauerkraut** im Kübel mit 4 kg Inhalt anbieten. Der Preis dafür beträgt € 14,20 inkl. MwSt. und Sie können ab sofort vorbestellen, solange der Vorrat reicht. Die weiteren Liefertermine werden noch bekannt gegeben.

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)

### Lauchkuchen

Rezept für 1 Tortenform

**Mürbteig:** 200 g Mehl, 100 g Butter, 1 Ei, Salz

**Belag:** 200 g Schinken, 150 g Emmentaler, gerieben, 120 g Lauch, 60 g Zwiebel, nach Belieben 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer aus der Mühle

**Guss:** 250 ml Sauerrahm, 2 Eier, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle

**Mürbteig:** Mehl und Butter abbröseln, mit Ei und Salz rasch zum Teig verkneten, kühl ½ Stunde rasten lassen. Mürbteig ausrollen, in eine befettete und bemehlte Tortenform geben, Teig mit Hilfe einer Gabel öfters einstechen, bei 170°C 15 Minuten vorbacken.

**Belag:** Schinken, Lauch und Zwiebel fein schneiden, vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, Mürbteig damit befüllen.

**Guss:** Sauerrahm, Eier, Muskatnuss, Salz und Pfeffer verrühren, den Belag damit übergießen.

Lauchkuchen mit Käse bestreuen, 30 Minuten bei 200°C backen. Dazu passt ein grüner Blattsalat.

### Blatt- und Kartoffelsalat mit Kräuter-Vinaigrette

Rezept für 4 Personen

400 g Kartoffeln, 4 Handvoll Blattsalat (bunt gemischt), 4 hart gekochte Eier, 1 Bund Radieschen, 1 kleiner Bund Jungzwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 8 EL Olivenöl, 4 EL Apfelessig, 4 EL Gemüsebrühe, 1 EL Zitronensaft, 1 EL Kapern, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer, 2 EL gehackte Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Basilikum,...)

**Kartoffelsalat:** Kartoffeln in der Schale kochen, noch heiß schälen, in dünne Scheiben, Eier in Spalten schneiden. Radieschen blättrig, Jungzwiebel in feine Ringe schneiden, Knoblauch und Kapern (bei Bedarf - je nach Größe) fein hacken. Kartoffeln mit Jungzwiebeln, heißer Gemüsesuppe, 3 EL Olivenöl und 2 EL Apfelessig vermengen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen, durchziehen lassen.

**Blattsalate:** Salate waschen, in mundgerechte Stücke zerpflücken.

**Kräuter-Vinaigrette:** 5 EL Olivenöl, 2 EL Apfelessig, Knoblauch, Kapern, Zitronensaft und Kräuter verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. • Marinierten Kartoffelsalat, Blattsalat, Radieschen und Eier portionsweise anrichten, erst bei Tisch mit der Kräuter-Vinaigrette beträufeln. Dazu passt ein Knoblauchbrot.