

2024
KW 32

Josef 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 Romanischer Salat, 1 Broccoli,
3 Tomaten, 25 dag grüne Bohnen,
1 Gemüsezwiebel

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüsekiste:

1 Romanischer Salat, 1 Blattsalat,
1 Melanzani, 3 Tomaten,
1 Gemüsezwiebel, 30 dag grüne
Bohnen, 5 bunte Karotten

Familienkiste:

1 Romanischer Salat, 1 Radicchio,
1 Broccoli oder Romanesco, 1 Me-
lanzani, 7 bunte Karotten, 50 dag
grüne Bohnen, 7 Tomaten, 1 Bund
Petersilie, 2 Zucchini

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

In der kommenden Woche ist am Donnerstag, den 15. August, ein Feiertag. Aus logistischen Gründen werden wir, wie immer an solchen Festtagen, Ihre Tiroler Gemüsekiste an den gewohnten Abstellplatz bringen. Sollte es trotzdem zu einer zeitlichen Änderung der Zustellung kommen, werden Sie gesondert per Handzettel in dieser Kiste oder kurzfristig per SMS informiert.

Bitte teilen Sie uns urlaubsbedingte Abmeldungen rechtzeitig mit! Bis spätestens Dienstag Mittag in der betreffenden Woche können wir Ihre Wünsche erfüllen.

Die Vorschau aller Zusatzkisten im Herbst und Winter können wir vermutlich bereits ab der kommenden Woche zur Verfügung stellen.

Vorschau Zusatzkisten Spezialkartoffel: In der übernächsten Woche, KW 34, bieten wir Ihnen "Mehlige Kartoffeln" in der 5 kg Einheit und die "Rotschaligen Kartoffeln" in der 10 kg Einheit an.

Vielen Dank für die Rückgabe der Kartons!

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Feldzwiebeln

4 kg Tiroler Feldzwiebeln
Preis: € 12,60 inkl. MwSt.

Zusatzkiste: Pilzmischung

1,2 kg – Alpenchampignon weiß,
Biochampignon braun, Shiitake
Preis: € 19,58 inkl. MwSt.

KW 33: 14.-16.08.2024

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 13.08.2024, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten

KW 34		21.-23.08.2024
Kartoffeln mehlig	5 kg	€ 13,75
Kartoffeln rotschalig	10 kg	€ 18,29

REZEPTE

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

Pasta mit grünen Bohnen

Rezept für 2 Personen

200 g Pasta (Linguine); 300 ml geschälte, gewürfelte Tomaten, 250 g grüne Bohnen, 1 Knoblauchzehe, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Handvoll frische mediterrane Kräuter nach Belieben, Olivenöl zum Anrösten, Parmesan zum Bestreuen

Linguine al dente kochen. Bohnen putzen, in Salzwasser weichkochen. Linguine und Bohnen abtropfen lassen. Knoblauch und Kräuter fein hacken. Knoblauch in Olivenöl hell anrösten, mit Tomatenwürfel ablöschen, mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Pasta und Bohnen zugeben, in der Tomatensauce gut anwärmen, mit frischen Kräutern und Parmesan bestreut servieren.

Fingerfood: Gebackene Zwiebel-Käse-Ringe

Rezept für 2 Personen

100 g Parmesan (oder anderer Hartkäse), 1-2 Gemüsezwiebel (je nach Größe), 2 Eier, 1 Kugel Mozzarella, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Backrohr auf 180°C erhitzen. Parmesan fein reiben. Gemüsezwiebeln schälen, quer in 1 cm dicke Ringe schneiden, Ringe einzeln auflegen. Mozzarella in dünne Scheiben, diese dann in 1 cm breite Streifen schneiden. Zwei unterschiedlich große Zwiebelringe ineinanderlegen, sodass ein Zwischenraum entsteht, diesen mit Mozzarella-Streifen füllen. Eier verquirlen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Gefüllte Zwiebelringe in die verquirlten Eier tauchen, anschließend mit geriebenem Parmesan panieren, auf ein Backblech (Backpapier) legen, bei 180°C bis zur gewünschten Bräunung backen.

Tarte gefüllt mit Sommergemüse und Mozzarella

Rezept für 1 Tarte

Teig: 250 g Mehl, 160 g Butter, 1 Ei (Größe M), Salz

Belag: 2 Kugeln Mozzarella à 125 g, 50 g geriebener Parmesan, 50 g Champignons, 3 Tomaten, 1 kleine Melanzani, 1 kleiner Zucchini, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Paprika, 1 Chilischote, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl zum Andünsten, Basilikum-Blätter zum Bestreuen

Für den Tarte-Boden alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten und 30 Minuten im Kühlschrank rasten lassen.

Für den Belag Mozzarella, Tomaten, Melanzani und Paprika in kleinere Würfel, Champignons, Zucchini und Zwiebel in feine Scheiben schneiden. Knoblauch und Chilischote fein, Basilikum-Blätter grob hacken. Melanzani-Würfel in Olivenöl bei mäßiger Hitze zugedeckt braten, bis sie weich sind. Restliches Gemüse hinzufügen, mit geschlossenem Deckel einige Zeit schmoren lassen. Deckel abnehmen, Flüssigkeit verdampfen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse und Mozzarella vermengen. Tarte-Form befetten und bemehlen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kreisförmig ausrollen, in die Tarte-Form einlegen, dabei den Rand hochziehen, mit Gemüse und Mozzarella befüllen, mit Parmesan bestreuen, im Ofen bei 200°C 35 Minuten backen. Tarte aus dem Ofen nehmen, mit gehackten Basilikum-Blättern bestreuen und lauwarm servieren.