

2024
KW 37

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 Little Gem, 1 Broccoli,
1 Hokkaido Kürbis,
1 kg festkochende Kartoffeln,
2 Rohnen mit Grün

Gemüsekiste:

1 Little Gem, 1 Bierrettich,
3 Tomaten, 1 Hokkaido Kürbis,
1 kg festkochende Kartoffeln,
2 Rohnen mit Grün, 1 Broccoli
oder 1 Karfiol

Familienkiste:

1 Little Gem, 1 roter Blattsalat,
1 kg festkochende Kartoffeln,
1 Hokkaido Kürbis, 1 Bierrettich,
3 Rohnen mit Grün, 1 Broccoli,
1 Paprika

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Pünktlich zum Schulbeginn meldet sich eine sehr herbstliche Wetterphase an. Das Gemüse in der Kiste wird relativ feucht sein und wir würden Sie bitten, die einzelnen Sorten aus dem Einlegesack herauszunehmen und im Kühlschrank zu versorgen. Wer sich in der kommenden Woche die **vorwiegend festkochenden Kartoffeln** als Zusatzkiste bestellen will, hat diesmal eine Kostprobe in der Gemüsekiste.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Kartoffeln

10 kg Kartoffeln Anuschka
Preis: € 16,60 inkl. MwSt.

KW 38: 18.-20.09.2024

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 17.09.2024, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten

KW 39	Äpfel (4 kg Ladina/6 kg Freiherr v. Hallberg)	€ 26,68
	Lagerkiste klein (3 kg Karotten/2 kg Rohnen)	€ 14,20
KW 40	Äpfel (5 kg Elstar/5 kg Jonagold)	€ 26,68
KW 41	Kartoffeln rotschalig (10 kg)	€ 16,60
KW 42	Äpfel (5 kg Gala/5 kg Topaz)	€ 26,68
	Sauerkraut (4 kg)	€ 14,60
KW 43	Äpfel (10 kg Boskoop)	€ 26,68
	Kartoffeln mehlig (10 kg)	€ 16,60
KW 44	Lagerkartoffeln Anuschka (10 kg)	€ 16,60
	Lagerkiste klein (3 kg Karotten/2 kg Rohnen)	€ 14,20

KW 45	Apfelsaft (10 l)	€ 30,65
KW 46	Äpfel (10 kg Boskoop)	€ 26,68
KW 47	Äpfel (3 kg Jonagold/7 kg Topaz)	€ 26,68
	Lagerkiste groß *	€ 19,25
KW 48	Lagerkartoffeln Anuschka (10 kg)	€ 16,60
	Sauerkraut (4 kg)	€ 14,60
KW 03	Äpfel (4 kg Rubinella/6 kg Topaz)	€ 26,68
	Sauerkraut (4 kg)	€ 14,60
KW 06	Lagerkartoffeln Anuschka (10 kg)	€ 16,60
	Sauerkraut (4 kg)	€ 14,60

* Lagerkiste groß: 3 kg Karotten, 2 kg Rohnen, 1 Sellerie, 1-2 Pastinaken, 1 großer Chinakohl

REZEPTE

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

Kürbis-Kartoffel-Gulasch vegan

Rezept für 4 Personen

1000 ml Gemüsebrühe, 700 g Kartoffeln, 400 g Kürbis, 2 mittelgroße Karotten, 1 Zwiebel, 3 EL Paprikapulver edelsüß, 1 EL Tomatenmark, 1 EL Majoran, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl zum Anbraten, Chilipulver nach Belieben

Kartoffeln, Kürbis und Karotten schälen, in 1-2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken, in Olivenöl anbraten, mit Paprikapulver stauben, durchrühren, mit Gemüsebrühe ablöschen. Gemüsewürfel zugeben, 25-30 Minuten köcheln, mit Tomatenmark binden, mit Majoran, Salz, Pfeffer und nach Belieben mit Chilipulver würzen.

Smoothie aus Rohnen, Heidelbeeren und Banane

Rezept für 2 Personen

2 kleine frische Rohnen, 200 g Heidelbeeren, 1 Banane, 240 ml Mandelmilch, 120 ml Apfelsaft, 1 TL Vanille, 1 TL Zimt, ½ TL Salz, ½ TL Pfeffer

Rohnen schälen, in Würfel schneiden. Alle Zutaten in einem Mixer zerkleinern und pürieren.