

2024  
KW 37

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 grüner Eichblattsalat, 25 dag grüne Bohnen, 1 Hokkaido Kürbis, 1 kg festkochende Kartoffeln, 1 Sellerie mit Grün

### Gemüsekiste:

1 grüner Eichblattsalat, 1 Blattsalat, 25 dag grüne Bohnen, 4 Tomaten, 1 Hokkaido Kürbis, 1 kg festkochende Kartoffeln, 1 Sellerie mit Grün

### Familienkiste:

1 grüner Eichblattsalat, 1 Blattsalat, 40 dag grüne Bohnen, ¾ kg Tomaten, 1 Hokkaido Kürbis, 1 kg festkochende Kartoffeln, 1 Paprika, 1 Sellerie mit Grün

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 Ditta

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 Ditta (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 Ditta (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 Ditta (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](http://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. Gemüswürfel zugeben, 25-30 Minuten köcheln, mit Tomatenmark binden, mit Majoran, Salz, Pfeffer und nach Belieben mit Chilipulver würzen.

### Breite Bandnudeln mit Selleriegrün-Pesto und Cocktail-Tomaten

Rezept für 2 Personen

200 g breite Bandnudeln, 10 Cocktail-Tomaten, Salz, Olivenöl zum Anbraten, Basilikum-Blätter für die Garnitur

Bandnudeln in Salzwasser al dente kochen, abgießen, mit Selleriegrün-Pesto vermengen. Cocktail-Tomaten entweder frisch oder kurz in der Pfanne mit etwas Zucker und Salz in Olivenöl gebraten zu den Bandnudeln geben, mit Basilikum-Blättern garnieren.

Selleriegrün-Pesto: 75 ml Olivenöl, 2 Handvoll Sellerieblätter, 1 Handvoll Nüsse, ein paar frische Basilikum-Blätter, 1 Knoblauchzehe, 1 Prise Zucker, Salz, nach Belieben 50 g Hartkäse gerieben

Sellerieblätter grob schneiden. Die Hälfte des Olivenöls mit den Sellerieblättern, Nüssen, Basilikum-Blättern und Knoblauchzehe (und nach Belieben Hartkäse) in einem Mixer pürieren. Restliches Olivenöl langsam zugießen, bis eine cremige Paste entstanden ist. Pesto mit Zucker und Salz würzen.