

2024
KW 39

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 Romana, 1 Stangensellerie,
1 Kohlrabi, 5 Karotten, 1 Lauch

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüsekiste:

1 Romana, 1 grüner Blattsalat,
1 Bund Radieschen, 1 Stangensellerie,
5 Karotten, 1 Pastinake,
1 Broccoli oder weiches Kraut

Familienkiste:

1 Romana, 1 grüner Blattsalat,
1 Stangensellerie, 1 Melanzani,
2 Bund Radieschen, 2 Pastinaken,
8 Karotten, 2 Kohlrabi

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Für die kommende Woche, KW 40 (2.-4.10.2024), können wir Ihnen ein **besonderes Schmankerl** anbieten. Die Familie Norz vom Surerhof, welche uns mit den herausragenden Qualitäten an Kirschen und Zwetschken bedient, produziert auch den **Williamsnektar**. Wer von Ihnen im März die Jubiläumskiste bestellt hat, weiß bereits wovon die Rede ist – eine naturtrübe Pressung aus der reifen Birne, die ein aromatisches Geschmackserlebnis auf den Gaumen zaubert, welches man kaum beschreiben kann. Das klingt zwar etwas hochtrabend aber wir haben diese Beschreibung genau so bestätigt bekommen. Zwei Flaschen mit je 0,75 l Inhalt können bis zum nächsten Dienstag, 12 Uhr, bestellt werden.

Zusätzliche Sonderkisten: Bitte beachten Sie, dass wir aufgrund der Anfragen folgende Zusatzkisten in Abstimmung mit unseren Landwirten anbieten: KW 41 (9.-11. Oktober) 5 kg **Rohnen**, KW 45 (6.-8. November) 5 kg **Karotten**, jeweils ungewaschen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Äpfel

5 kg Elstar & 5 kg Jonagold
Preis: € 26,68 inkl. MwSt.

Zusatzkiste: Birnennektar

2 x 0,75 l Williamsbirnen-Nektar
Preis: € 17,40 inkl. MwSt.

KW 40: 02.-04.10.2024

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 01.10.2024, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten

KW 41	Kartoffeln rotschalig (10 kg) Tiroler Feldzwiebeln (4 kg) Rohnen (5 kg)	€ 16,60 € 12,60 € 13,50
KW 42	Äpfel (5 kg Gala/5 kg Topaz) Sauerkraut (4 kg)	€ 26,68 € 14,60
KW 43	Äpfel (10 kg Boskoop) Kartoffeln mehlig (10 kg)	€ 26,68 € 16,60
KW 44	Lagerkartoffeln Evita (10 kg) Lagerkiste klein (3 kg Karotten/2 kg Rohnen)	€ 16,60 € 14,20

KW 45	Apfelsaft (10 l) Karotten (5 kg)	€ 30,65 € 12,40
KW 46	Äpfel (10 kg Boskoop) Tiroler Feldzwiebeln (4 kg)	€ 26,68 € 12,60
KW 47	Äpfel (3 kg Jonagold/7 kg Topaz) Lagerkiste groß * Kochbuch "Gschicht'n & Rezepte"	€ 26,68 € 19,25 € 29,90
KW 48	Lagerkartoffeln Evita (10 kg) Sauerkraut (4 kg)	€ 16,60 € 14,60
KW 03	Äpfel (4 kg Rubinella/6 kg Topaz) Sauerkraut (4 kg)	€ 26,68 € 14,60
KW 06	Lagerkartoffeln Evita (10 kg) Sauerkraut (4 kg)	€ 16,60 € 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

Polenta mit Kräutern zu Pastinaken-Rohnen-Gemüse

Rezept für 4 Personen

Polenta: 1000 ml Wasser, 300 g Polenta, 1 Handvoll frische Kräuter, gehackt (Wildkräuter oder italienische Kräuter), 1 EL Olivenöl, 1 gestrichener TL Salz, Butter zum Braten • Wasser mit Olivenöl und Salz aufkochen, von der Platte ziehen, Polenta langsam einrühren, Kräuter einstreuen, unter ständigem Rühren eindicken lassen, bei Bedarf immer wieder kurz auf die Platte stellen (Vorsicht!). Polenta fingerdick auf ein Brett streichen, auskühlen lassen. Polenta in Scheiben schneiden (z.B. Dreiecke), in Butter goldbraun braten.

Pastinaken-Rohnen-Gemüse: 500 g Pastinaken, 500 g Rohnen, 250 ml Gemüsebrühe, 150 g Crème fraîche, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Zitronensaft, ¼ TL Zimt, ¼ TL Kardamom gemahlen, 1 Msp. Nelkenpulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Öl zum Anbraten

Pastinaken und Rohnen schälen, in Scheiben schneiden (mundgerechte Größe), Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Zwiebel in Öl sanft anbraten, Knoblauch, Zimt, Kardamom und Nelkenpulver zugeben, mitbraten, bis es würzig duftet. Pastinaken und Rohnen zugeben, kurz anbraten, mit Gemüsebrühe aufgießen, nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen, etwa 20 Minuten dünsten, bis das Gemüse bissfest bis weich ist. Zitronensaft und Crème fraîche einrühren, mit dem Kräuterpolenta anrichten.

Große weiße Bohnen mit Stangensellerie und Tomaten-Tapa

Rezept für 2 Personen

150 g große weiße Bohnen aus der Dose, 3 Stangen vom Stangensellerie, 2 Tomaten, 1 kleine milde Zwiebel, 1 große Knoblauchzehe, 6 EL gutes Olivenöl, 3 EL Weinessig, 1 TL geräuchertes Paprikapulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle, ½ Bund Petersilie, knuspriges Weißbrot
Bohnen abgießen, abtropfen lassen. Selleriestangen waschen, falls notwendig die großen Fäden ziehen, in Scheiben schneiden. Tomaten fein würfeln. Zwiebel, Knoblauchzehe und Petersilie fein hacken. 2 EL Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch hell anschwitzen, Tomatenwürfel untermengen, ein paar Minuten schmoren lassen. Paprikapulver einrühren, mit Weinessig ablöschen, Selleriescheiben, Bohnen und restliches Olivenöl zugeben, ein paar Minuten köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Petersilie bestreuen, warm oder lauwarm mit knusprigem Weißbrot servieren.