

2024  
KW 47

Hannes 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 grüner Salat, 1 Radicchio,  
1 Bund Grünkohl, ½ kg  
Sauerkraut, 1 Lauch

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

### Gemüsekiste:

1 grüner Salat, 1 Radicchio,  
1 Chinakohl, 1 Bund Grünkohl,  
½ kg Sauerkraut, 1 Lauch, 1 Kürbis

### Familienkiste:

1 roter Eichblattsalat, 1 Zuckerhut,  
1 Chinakohl, 1 Bund Grünkohl,  
¾ kg Sauerkraut, 1 Lauch, 5 bunte  
Karotten, 1 Stange Sprossenkohl,  
1 Pastinake

## Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

In der kommenden Woche, KW 48 (27.-29. November), beliefern wir Sie mit der letzten Tiroler Gemüsekiste in diesem Jahr.

**Achtung, bitte diese beiden Termine in Ihrem Kalender notieren:** Für all jene von Ihnen, die uns nichts Anderslautendes mitgeteilt haben, gelten folgende Zustelltermine für die beiden Winterkisten, im **Jänner beliefern wir Sie in der KW 3** (15.-17. Jänner 2025) und im **Februar in der KW 6** (5.-7. Februar). Die jeweils für Sie gültigen Liefertage bleiben wie vereinbart. Sollten wetterbedingt Verschiebungen notwendig sein, werden Sie gesondert per SMS informiert.

**Zusatzkisten Winter:** Für Jänner besteht die Möglichkeit, die 10 kg Einheit **Äpfel** (Rubinella und Topaz) und das **Sauerkraut** zu bestellen. Auf vielfache Anfrage wird bereits für die Jännerlieferung der **naturvergozene Apfelessig** unseres Obstbaubetriebes Giner lieferbar sein. Im Februar bieten wir Ihnen die lagerfähigen **Kartoffeln** in der 10 kg Einheit und **Sauerkraut** im 4 kg Kübel an. Weiters bieten wir erstmals die Möglichkeit, eine **Apfelkiste in einer 5 kg Einheit** zu bestellen (ca. 1,5 kg Rubinella, ca. 3,5 kg Topaz). Wir entsprechen mit diesem Angebot somit dem Wunsch vieler Kunden mit kleineren Haushalten.

Sollten Sie diese Woche bereits die letzte Gemüsekiste erhalten haben, wünschen wir Ihnen schon jetzt eine schöne Adventzeit und geruhsame Festtage!

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

### Zusatzkiste: Sauerkraut

4 kg

Preis: € 14,60 inkl. MwSt.

### Zusatzkiste: Lagerkartoffeln

10 kg Bernina

Preis: € 16,60 inkl. MwSt.

### Zusatzkiste:

#### Weihnachtspackerl

Gutschein für 1 Gemüsekiste &  
1 Kochbuch "G'schichtn & Rezepte"

Preis: € 39,90 inkl. MwSt.

### KW 48: 27.-29.11.2024

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 26.11.2024, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.

### Vorschau Zusatzkisten

KW 03	<b>Äpfel</b> (4 kg Rubinella/6 kg Topaz)	€ 26,68
	<b>Sauerkraut</b> (4 kg)	€ 14,60
	<b>Apfelessig</b> (3 l im Vakuumbbeutel)	€ 25,28
KW 06	<b>Lagerkartoffeln</b> Bernina oder Evita (10 kg)	€ 16,60
	<b>Sauerkraut</b> (4 kg)	€ 14,60
	<b>Äpfel</b> (1,5 kg Rubinella/3,5 kg Topaz)	€ 16,89

## REZEPTE

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Homepage unter [www.tiroler.gemuesekiste.at](http://www.tiroler.gemuesekiste.at)

### Grünkohl-Gemüsekuchen

Rezept für 4 Personen

Springform mit 26 cm Durchmesser

**Quiche-Teig:** 250 g Weizenmehl, 140 g kalte Butter, 2 EL kaltes Wasser, 1 Dotter, 1 TL Salz

**Fülle:** 400 g Grünkohl, 250 g Tomaten aus der Dose, 100 g Speckwürfel, 100 g geriebener Käse (würzig), 80 g Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Sauerrahm, 1 Ei, 1 Prise Muskatnuss gemahlen

Salz, Pfeffer aus der Mühle, ½ Bund Petersilie, Öl für die Form und zum Anbraten, 1 Handvoll Walnusskerne

**Teig:** Mehl auf eine Arbeitsfläche geben, Butter in kleine Stücke schneiden, mit dem Mehl abbröseln, mit Ei und Salz zu einem glatten Teig verkneten, 30 Minuten kühl stellen.

Grünkohl waschen, dicke Stängel entfernen, Blätter in Streifen schneiden. Tomaten würfeln, Zwiebel, Knoblauch und Petersilie fein hacken. Zwiebel in Olivenöl anrösten, Grünkohl, Tomaten und Knoblauch zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, dünsten, bis die Flüssigkeit nahezu verdampft ist bzw. der Grünkohl weich ist. Sauerrahm mit Ei, Muskatnuss, Salz, Pfeffer und Petersilie verrühren. Teig ausrollen, in eine befettete und bemehlte Springform geben, einen 3 cm hohen Rand formen, den Teigboden mehrmals mit der Gabel anstechen. Gemüse und Speckwürfel auf dem Teig verteilen, mit Sauerrahm übergießen, mit Käse und Walnusskernen bestreuen, bei 180°C 45 Minuten backen.

### Spatzl-Pfanne mit Sauerkraut

Rezept für 4 Personen

750 g Sauerkraut, 250 g Speckwürfel, 100 g Zwiebel, 30 g Butterschmalz, Salz, Pfeffer aus der Mühle, ¼ Bund Schnittlauch

**Spatzlteig:** 500 g Mehl glatt, 250 ml Milch, 4 Eier, Salz

Aus Mehl, Milch, Eiern und Salz einen Spatzlteig abschlagen, kurz rasten lassen. Teig mit einem Spatzlsieb ins kochende Wasser schaben, nur kurz aufkochen lassen und abseihen. Zwiebel und Schnittlauch fein hacken. Zwiebel in Butterschmalz anrösten, Speck mitrösten, Sauerkraut zugeben, einige Minuten schmoren lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Spatzl unter das Sauerkraut mischen, mit Schnittlauch bestreut servieren.