

2022  
KW 35

Anton Giner



Tiroler Gemüsebox OG  
Familie Lebesmühlbacher  
A-6233 Kramsach · Wittberg 24  
Tel: 05337 – 64 563 · Fax: 63601  
E-Mail: tiroler@gemuesebox.at  
www.tiroler.gemuesebox.at



### Die Kloane:

1 Eissalat, 1 Hokkaido-Kürbis,  
4 gelbe Zwiebeln,  
1 Stangensellerie,  
1 kg rotschalige Kartoffeln

### Gemüsebox:

1 Eissalat, 1 roter Kopfsalat,  
1 Broccoli, 3 Tomaten, 1 Lauch,  
1 Paprika, 1 kg rotschalige  
Kartoffeln

### Familienbox:

1 Eissalat, 1 roter Kopfsalat,  
5 Tomaten, 1 Feldgurke,  
1 Broccoli, 1 Bund Mangold,  
2 Lauch, 1 kg rotschalige Kartoffeln

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

## Werte Genießer der Tiroler Gemüsebox!

**Bitte lesen Sie diese Zeilen unbedingt, es geht um eine sehr wichtige Mitteilung!** Wenn Sie per Mail, über unser Kontaktformular auf der Homepage oder über die Gemüseboxen-App Zusatzboxen bestellen, den Lieferrhythmus ändern und Gemüseboxen zusätzlich bestellen oder urlaubsbedingt aussetzen, so ist dies alles möglich. Wir bitten Sie jedoch, unsere persönliche Bestätigung bzw. Rückmeldung zu kontrollieren. Kommt diese nicht, ist Ihre Nachricht definitiv nicht bei uns eingelangt! Das kommt manchmal vor, in so einem Fall kontaktieren Sie uns bitte unbedingt!

Wir wünschen Ihnen nun einen guten Appetit ... und bleiben Sie gesund!  
Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsebox

### Zusatzbox: Kartoffeln

10 kg rotschalige Kartoffeln  
Preis: € 14,40 inkl. MwSt.

#### KW 36: 07.-09.09.2022

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens  
Dienstag, 06.09.2022, 12 Uhr, per Telefon,  
E-Mail oder Fax zu bestellen.



### Vorschau Zusatzboxen 2022/2023

KW 37	Äpfel (8-8,5 kg Gala) & Birnen (1,5-2 kg Williams)	€ 24,40
KW 38	Äpfel (je 5 kg Gala & Elstar)	€ 24,40
KW 39	Kartoffeln Ditta (10 kg)	€ 14,40
KW 40	Äpfel (6 kg Elstar & 4 kg Freiherr v. Hallberg)	€ 24,40
KW 41	Äpfel (je 5 kg Boskoop & Jonagold)	€ 24,40
KW 42	Kartoffeln rotschalig (10 kg)	€ 14,40
KW 43	Äpfel (je 5 kg Gala & Topaz) Kartoffeln mehlig (10 kg)	€ 24,40 € 14,40

KW 44	Kartoffeln Ditta (10 kg)	€ 14,40
KW 45	Äpfel (10 kg Boskoop)	€ 24,40
KW 46	Apfelsaft (10 l)	€ 28,40
KW 47	Äpfel (3 kg Jonagold & 7 kg Topaz)	€ 24,40
KW 48	Kartoffeln Ditta (10 kg)	€ 14,40
KW 04	Äpfel (6-7 kg Topaz & 3-4 kg Rubinella)	€ 24,40
KW 08	Kartoffeln Ditta (10 kg)	€ 14,40

## REZEPTE

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

### Schnelle Broccoli-Käse-Laibchen aus dem Backrohr

Rezept für 10 Stück

300 g Broccoli, 100 g würziger Hartkäse gerieben, 2 EL Mandelmehl (ersatzweise 1 EL Weizenmehl), 1 großes Ei, nach Belieben Chili oder Knoblauch fein gehackt, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Handvoll frische Kräuter fein gehackt  
Broccoli in Röschen teilen, bissfest garen, auf einem Küchenpapier trocknen lassen, klein schneiden. Alle Zutaten vermengen, Masse etwas ziehen lassen. Backrohr auf 180°C vorheizen, Backblech mit Backpapier auslegen. Aus dem Broccoli-Teig 10 Laibchen formen, 20 Minuten im Rohr goldbraun backen (zur Halbzeit Laibchen wenden). Dazu serviert man einen Sauerrahm-Dip und Blattsalate.

### Zitronen-Risotto mit Stangensellerie und Ingwer

Rezept für 4 Personen

250 g Risotto-Reis, 500 ml Gemüsebrühe, 125 ml trockener Weißwein, 125 ml Rahm, 100 g geriebener Hartkäse, 4 Stangen vom Stangensellerie, 1 Zwiebel, 1 Bio-Zitrone (Saft und Schale), 1 Stück frischen Ingwer (2 cm), 1 Pkg. Safran, Salz, Pfeffer (z.B. Zitronenpfeffer), 1 Handvoll frische Petersilie, Butter zum Andünsten und Beträufeln

Stangensellerie putzen, fein schneiden. Zwiebel und Ingwer schälen, fein hacken, Petersilie fein schneiden. Zitrone waschen, Schale abreiben, Saft einer halben Zitrone auspressen. Zwiebel in Butter hell andünsten, Stangensellerie ein paar Minuten mitdünsten, Reis, Zitronenschale und Ingwer zugeben, gut durchrühren, mit Gemüsebrühe, Weißwein und Rahm aufgießen, Safran einrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Risotto bei mäßiger Hitze und oftmaligen Umrühren weichdünsten, Zitronensaft und geriebenen Käse unterziehen, mit geschmolzener Butter und mit Petersilie bestreut servieren. Es würde auch eine Salbeibutter gut dazu passen!