

2023
KW 48

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 Weißkraut, 1 kg rotschalige Kartoffeln, 1 Lauch, 1 Sellerie, 2 Rohnen

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüsekiste:

1 Weißkraut, 1 Wirsing, 3 Rohnen, 1 Lauch, 5 Karotten, 3 Zwiebeln

Familienkiste:

1 Weißkraut, 1 Zuckerhut oder Chinakohl, 1 Wirsing, 2 Lauch, 3 Rohnen, 1 Bund Petersilie, 1 Pastinake, 1 kg rotschalige Kartoffeln

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Sie erhalten heute die letzte Tiroler Gemüsekiste in diesem Jahr und somit noch einmal das heimische Gemüse unserer Landwirte nach Hause zugestellt. Im Namen unserer Landwirte, Ihrer Gemüsekistenchauffeure und des Organisationsteams bedanken wir uns dafür, dass wir Sie bedienen durften. Wir wünschen Ihnen einen schönen Advent, eine gesegnete Weihnachtszeit und einen guten Jahreswechsel in das Jahr 2024!

Ihre Landwirte: Die Familien Eva und Anton Giner, Betty und Josef Posch, Hannes, Siglinde und Johann Posch, sowie Sabina und Romed Puelacher

IT-Bereich: Rolf Wernisch und Christian Kasper, **Marketing:** Martin Fankhauser

Ihre persönliche Zustellerin, Ihr persönlicher Zusteller

"Das Bienenhausteam": Daniela Haselsteiner, Verena Knoll, Claudia Pfeifer & Marco Schulz, sowie Pia Jager, Anna, Brigitte, Lisa und Michael Lebesmühlbacher

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern und das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Äpfel

10 kg Topaz und Rubinella gemischt
Preis: € 25,88 inkl. MwSt.

Zusatzkiste: Sauerkraut

4 kg
Preis: € 14,20 inkl. MwSt.

KW 04: 24.-26.01.2024

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 23.01.2024, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten

KW 06 07.-09.02.2024 **Kartoffeln Anuschka (10 kg)** € 15,88

REZEPTE

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

Wirsing-Ricotta-Lasagne

Rezept für 1 Auflaufform

12-16 Stück Lasagneblätter; 1 Wirsing, 400 ml Gemüsebrühe, 400 g geriebener Mozzarella zum Bestreuen, 1 Knoblauchzehe, Olivenöl zum Anbraten • **Bechamel-Sauce mit Ricotta:** 300 ml Milch, 200 ml Rahm, 200 g Ricotta, 3 EL Butter, 2 EL Mehl, 60 g geriebener Parmesan, Prise Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Wirsing vierteln, Strunk entfernen, Blätter in breite Streifen schneiden, in Gemüsebrühe überkochen, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen (Brühe auffangen). Knoblauch schälen, fein hacken, in Öl anbraten, Wirsingblätter zugeben, mit etwas Gemüsebrühe aufgießen und 15 Minuten köcheln lassen.

Bechamel-Sauce: Butter aufschäumen lassen, Mehl einrühren, Milch während des Rührens zugießen, Rahm angießen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen, Hitze reduzieren, cremig einkochen, Ricotta und Parmesan untermengen.

Auflaufform mit Butter ausfetten, Lasagne-Blätter, Wirsing und Bechamel-Sauce wiederholt einschichten, mit Mozzarella bestreuen, im Rohr bei 180°C ca. 45 Minuten backen.

Risotto mit Rohnen und Kokosmilch

Rezept für 3-4 Personen

400 g Rohnen, 400 ml Kokosmilch, 250 g Risotto-Reis, 250 ml Gemüsebrühe, 100 ml Weißwein, 100 g geriebener Parmesan, 1 kleine Zwiebel, 1 walnussgroßes Stück Ingwer, Salz, Pfeffer, 1 EL Öl zum Anbraten

Rohnen schälen, in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Ingwer fein hacken. Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Ingwer andünsten, Reis zugeben, durchrühren, mit Wein aufgießen, rühren bis der Wein aufgesogen wurde, Rohnen zugeben, Kokosmilch und Gemüsebrühe angießen, Risotto cremig einkochen lassen, immer wieder rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan kurz vor dem Servieren unterziehen.

Ergänzt mit Garnelen: 300 g Garnelen (küchenfertig - ohne Schale, roh), Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Garnelen vom schwarzen Darm befreien, abspülen, trocken tupfen. Olivenöl erhitzen, Garnelen 3 Minuten braten (immer wieder wenden), mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Garnelen auf dem Risotto servieren.

Faschiertes mit Linsen und Lauch

Rezept für 4 Personen, einfach und schnell

Linsen: 1000 ml Wasser, 500 g rote Linsen, 1 Schuss Balsamico-Essig, Suppenwürze nach Bedarf, Peperoncino nach Belieben, Salz, Pfeffer aus der Mühle

300 g Rinderfaschiertes, 300 g Lauch, 150 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Öl zum Anbraten

Linsen in Wasser köcheln bis sie weich sind (gut 10 Minuten), überschüssiges Wasser abgießen, erst dann mit Balsamico-Essig, Suppenwürze, Peperoncino, Salz und Pfeffer würzen. Lauch in feine Ringe schneiden. Faschiertes mit dem Lauch in Öl kräftig anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Linsen und Crème fraîche unter das Faschierte mischen und servieren.

RÜCKSEITE

Wichtige Informationen
auf der Rückseite!

2023
KW 48



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



Einige wichtige Informationen

WINTERLIEFERUNGEN

Die beiden **Termine für die Winterlieferungen** sind die KW 4 (24.-26.1.2024) und die KW 6 (7.-9.2.2024).

Achtung: Ursprünglich war die KW 8 vorgesehen, bitte vermerken sie sich diese Vorverlegung/Änderung im Kalender.

Die Zusatzkisten im Jänner sind die **Äpfel** (Topaz, Rubinella und evtl. Jonagold) und der 4 kg Kübel **Sauerkraut**. Wer noch Äpfel bestellen möchte, bitte möglichst bald. Es zeichnet sich ab, dass es knapp wird.

Die **Kartoffeln** für Februar liegen auf Lager, auch hier sind die Mengen heuer beschränkt.

BÜROZEITEN

Unser Büro ist von Weihnachten bis Hl. Dreikönig geschlossen. Von Anfang Dezember bis Ende März sind wir immer für Sie da. Sollten Sie uns persönlich einmal nicht erreichen, hinterlassen Sie uns bitte eine Nachricht. Wir kümmern uns in gewohnter Manier um Ihr Anliegen.

FRÜHJAHRSMESSE Innsbruck

Sollten Sie in der KW 11 (14.-17.3.2024) die **Innsbrucker Frühjahrsmesse** besuchen, freuen wir uns, wenn Sie bei uns vorbeischauen. Womöglich gibt es da eine Überraschung?

JUBILÄUMSKISTE

Noch vor dem Start in die neue Saison wird es in der **KW 14 eine außerordentliche "Jubiläumskiste"** geben, das ist in der Woche nach Ostern. Genaue Informationen erhalten Sie dazu im Jänner.

20 JAHRE TIROLER GEMÜSEKISTE

In der neuen Saison feiern wir **das 20 jährige Bestehen des Regionalprojektes "Tiroler GemüseKiste"** und es wird für Sie ein spannendes Jahr, das können wir jetzt schon versprechen. Freuen Sie sich darauf und feiern Sie mit uns!

SAISONSTART 2024

Die **erste Auslieferung** mit frischem Gemüse der Saison ist für die **KW 16** (17.-19.4.2024) geplant.

Suchen Sie noch nach einer Idee für ein Weihnachtsgeschenk?

Gutscheine für die Tiroler GemüseKiste können noch bis Montag, den 18. Dezember bestellt werden.

Diese – auf Wunsch auch das tolle **Kochbuch** "G'schichten & Rezepte" von Pia Jager und Lisa Lebesmühlbacher – werden somit rechtzeitig vor Weihnachten bei Ihnen eintreffen.

