2025
KW 27

Anton Giner

Tiroler Gemüsekiste GmbH & Co KG
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 Eissalat, 1 Melanzani, 1 Kohlrabi, 1 Lauch, 1 Gemüsezwiebel

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüsekiste:
1 Eissalat, Romanischer Salat, 1 Bund Jungzwiebel, 1 Kohlrabi, 1 Lauch, 4 Karotten, 1 Bund Mangold

Familienkiste:
1 Eissalat, 1 Romanischer Salat, 2 Knollen Knoblauch, 1 Bund Schnittlauch, 2 Fenchel, 6 Karotten, 1 Gemüsezwiebel, 1 Bund Mangold

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüsekiste!

Die heftige Gewitterfront in der letzten Woche hat im Tiroler Gemüseanbau zum Teil leider große Schäden verursacht. Unsere Landwirte zählen zu den kleinstrukturierten Produzenten, haben kleinere Felder und diese sind eher weit gestreut. Somit ist die Gefahr eines totalen Hagelschadens geringer. Derzeit wird täglich bewässert, sinnvollerweise sehr zeitig in der Früh. Je nach Kultur sind 10 bis 12 Liter pro Quadratmeter und Tag notwendig, damit das Gemüse gut versorgt ist. Für Pflanzen gilt das Gleiche wie für uns Menschen, Wasser ist Leben!
Zusatzkiste Zwiebeln: Die Tiroler Feldzwiebeln konnten bei besten Bedingungen geerntet werden, sind feldgetrocknet und damit bereits bedingt lagerfähig. In den kommenden zwei Wochen können Sie die Zwiebeln bereits gerne bestellen, im August gibt´s dann die nächste Bestellmöglichkeit.
Zusatzkiste Kirschen: Die Herzkirschen für KW 28 sind ausverkauft, für die KW 29 (16.-18.7.) haben wir noch eine beschränkte Menge zur Verfügung.
Urlaubsmeldungen: Bitte geben Sie uns rechtzeitig eine eventuelle Urlaubsstornierung bekannt, spätestens bis Dienstag, 12 Uhr, der jeweiligen Lieferwoche.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!
Ihre Gemüsebauern & das Team der Tiroler Gemüsekiste

Zusatzkiste: Zwiebeln
4 kg Tiroler Zwiebeln
Preis: € 12,98 inkl. MwSt.

KW 28: 09.-11.07.2025
Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens Dienstag, 08.07.2025, 12 Uhr, per Telefon, E-Mail oder Fax zu bestellen.

Vorschau Zusatzkisten		
KW 29	**Kirschen** (1,8 kg)	€ 24,25
	Zwiebeln (4 kg)	€ 12,98

REZEPTE

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

Vollkornstrudel mit Lauchfülle

Rezept für 4 Personen
200 g Vollkornmehl (ausgesiebt), 150 ml Wasser, 3 EL Öl, 1 Spritzer Essig, Prise Salz; Fülle: 1-2 Stangen Lauch, 150 g Schinkenspeck, 125 g Sauerrahm, 50 g Semmelbrösel, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, ½ Bund Petersilie, 1 EL Butter; 1 Ei zum Bestreichen
Teig: Vollkornmehl auf eine Arbeitsfläche geben, mit den restlichen Zutaten zu einem Strudelteig verkneten, 1 Stunde rasten lassen. Info: Der Vollkorn-Strudelteig ist nicht so geschmeidig wie der herkömmliche Strudelteig, daher kann man diesen nicht so dünn ausziehen, mit viel griffigem Mehl ausarbeiten.
Fülle: Lauch in Ringe, Schinkenspeck in Streifen schneiden. Petersilie fein hacken. Butter erwärmen, Lauch und Schinkenspeck anrösten, von der Platte nehmen, mit den restlichen Zutaten vermengen. Teig etwas ausrollen, ausziehen, auf ein bemehltes Backpapier legen, Fülle auf das untere Drittel des Teiges verteilen, mit Hilfe des Backpapiers einrollen, mit verquirltem Ei bestreichen, 40 Minuten bei 200°C backen.

Fenchel im Rohr gebacken

Rezept für 2 Personen; 1 Auflaufform
2 Fenchel, 2 EL Olivenöl, 1 EL Paprikapulver edelsüß, 1 EL Curry mild, Prise Salz, Parmesanspäne zum Bestreuen
Backrohr auf 180°C Heißluft vorheizen. Fenchel waschen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auflaufform ausfetten, Fenchelscheiben hineinlegen. Olivenöl mit Gewürzen vermengen, Fenchelscheiben damit bestreichen und im Rohr 20 Minuten braten. Aus dem Rohr nehmen, etwas überkühlen lassen und mit gehobelten Parmesanspänen bestreut servieren.

Gemüselasagne

Rezept für 4 Personen
1 Packung Lasagneblätter ohne Vorkochen, 250 g geriebener Bergkäse
Gemüsesugo: Saisonales Gemüse nach Verfügbarkeit, z.B. Karotten, Zucchini, Melanzani, Tomaten, Fenchel, Kohlrabi, Zwiebel..., 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 1 EL mediterrane Kräuter, Tomatenmark nach Belieben
Bechamel: ½ l Milch, 50 g Butter, 30 g Mehl, 1 Prise Muskatnuss gemahlen, Salz, Pfeffer aus der Mühle
Gemüsesugo: Zwiebel, Knoblauch und Kräuter fein hacken. Gemüse ggf. schälen, würfeln oder in Scheiben schneiden (je nach Gemüse). Olivenöl erhitzen, Zwiebel anrösten, Knoblauch und das restliche Gemüse zugeben, würzen, zugedeckt einige Minuten dünsten, nach Belieben mit Tomatenmark eindicken.
Bechamel: Butter erhitzen, Mehl anschwitzen, mit Milch aufgießen, aufkochen lassen, dabei kräftig rühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Eine feuerfeste Form mit Butter ausstreichen, abwechselnd Gemüsesugo, Bechamel und Teigblätter einschichten, mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr bei 200°C mindestens 45 Minuten backen.
Tipp: Wer will, kann auch etwas Rinderhack mit den Zwiebeln mitrösten.