

2025
KW 27

Romed Puelacher



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 Romanischer Salat, 3 Tomaten,
2 Zucchini, 25 dag grüne Bohnen,
1 Gurke

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

Gemüse

kiste:

1 Romanischer Salat, 1 Eissalat,
4 Tomaten, 2 Zucchini, 40 dag grüne
Bohnen, 1 Bund Jungzwiebel,
1 Bund Schnittlauch

Familien

kiste:

1 Romanischer Salat, 1 Eissalat,
1 Bund Jungzwiebel, ¾ kg To-
maten, 3 Zucchini, 2 Melanzani,
50 dag grüne Bohnen, 1 Gurke

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler Gemüse

kiste!

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 Gemüse

kiste

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

Sommerliche Bohnen-Tomaten-Pfanne mit Balsamico

Rezept für 4 Personen als Vorspeise oder 2 Personen als Hauptgericht

500 g grüne Bohnen, 4 Tomaten, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 6 EL Olivenöl, 3 EL Balsamico-Essenz, 1 TL Thymian, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Bohnen putzen, in 4 cm lange Stücke schneiden, in Salzwasser weichkochen, kalt abschrecken, abtropfen lassen. Tomaten mit kochendem Wasser übergießen, häuten, würfelig schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anschwitzen, Bohnen und Thymian zugeben, Tomatenwürfel unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse dünsten lassen, bis die Flüssigkeit reduziert ist, etwas abkühlen lassen und noch lauwarm mit Balsamico-Essenz beträufeln. Schmeckt am besten zu knusprigem Weißbrot.

Panierter Zucchini aus dem Backrohr

Rezept für 2 Personen

2-3 Zucchini (je nach Größe), 50 g geriebener Parmesan, 40 g geriebene Mandeln, 2 EL Olivenöl, 1 Ei, ¼ TL Kurkuma, ¼ TL Curry, ½ TL Salz, Dill

Zucchini in 8 cm lange und 1 cm dicke Stifte schneiden. Alle trockenen Zutaten in einer großen Schüssel vermengen, Öl zugießen und gut durchmischen. Ei verquirlen. Zucchini-Stifte im Ei schwenken, in der Paniermasse wälzen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech auflegen und bei 200°C (vorgeheizt) 15-20 Minuten goldbraun backen. Dazu passt ein Joghurt-Kräuter-Dip.

Panierte Melanzani

Rezept für 4 Personen

2 Melanzani, 2 Eier, 1 Tasse Mehl, 2 Tassen Semmelbrösel, Schuss Rahm, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Sonnenblumenöl zum Herausbacken

Melanzani waschen, Enden entfernen, ½ cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben auf ein Küchenpapier auflegen, kräftig salzen, 30 Minuten ziehen lassen, anschließend abtupfen. Eier mit Rahm verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen, in einen tiefen Teller geben. Mehl und Semmelbrösel ebenso jeweils in einen tiefen Teller geben. Melanzanischeiben in Mehl wenden, durch die Eiermischung ziehen und in den Semmelbröseln wälzen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Melanzanischeiben darin beidseitig goldgelb herausbacken, auf einer Küchenrolle abtropfen lassen und warm servieren.