

2026
KW 06

Hannes Posch



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 Chinakohl, 1 Weißkraut,
1 Sellerie, 5 bunte Karotten,
1 kg festkochenden Kartoffeln

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

GemüseKiste:

1 Chinakohl, 1 Weißkraut,
1 Sellerie, 5 bunte Karotten,
1 Pastinake, 5 Zwiebeln,
1 kg festkochende Kartoffeln

FamilienKiste:

1 Chinakohl, 1 Weißkraut,
1 Sellerie, 8 bunte Karotten,
1,5 kg festkochende Kartoffeln,
1 Pastinake, 5 Zwiebeln,
1 Schwarzer Rettich

Werte Genießerin und werter Genießer der Tiroler GemüseKiste!

Wir stellen vor: Ihr Landwirt Hannes Posch: Seit Beginn des Jahres 2010 beliefern Hannes Posch und seine Eltern Johannes und Sieglinde die GemüseKiste. Hannes beschloss mit 17 Jahren, innerhalb des Familienbetriebes selbstständig zu arbeiten. Er organisiert mit Hilfe seiner Eltern den reibungslosen Ablauf vom Acker bis zu den verschiedenen Auslieferungslagern. Es werden auf ca. 10 Hektar die verschiedensten Gemüsearten nach den Richtlinien des naturnahen Anbaus angebaut.

Vorinformationen für die neue Saison: Der Start der wöchentlichen Zustellungen mit frischem Feldgemüse erfolgt in der **KW 16 (15.-17.4.2026)**. In enger und sehr wertschätzender Zusammenarbeit mit unseren Landwirten und weiteren Optimierungen in unseren organisatorischen Abläufen kann die **geringfügige Preisanpassung für 2026 deutlich unter der Inflationsrate** gehalten werden. Die **dritte WinterKiste** mit ersten Frühlingboten erhalten Sie in der **KW 12 (18.-20.03.2026)**, die Auswahl der Zusatzkisten sehen Sie rechts stehend.

Einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern & das Team der
Tiroler GemüseKiste

Vorschau Zusatzkisten

KW 16 15.-17. Apr. 26	Lagerkartoffeln (5 kg Bernina) Apfelessig (3 l im Vakuumbeutel) Kräuter im Topf (6 Töpfe) *	€ 13,98 € 25,60 € 18,05
KW 17 22.-24. Apr. 26	Lagerkartoffeln (5 kg Bernina) Kräuter im Topf (6 Töpfe) * Erdbeeren im Topf (4 Töpfe)	€ 13,98 € 18,05 € 18,40
KW 18	Apfelsaft (10 l im Vakuumbeutel)	€ 31,50
KW 19	Apfelessig (3 l im Vakuumbeutel)	€ 25,60

NÄCHSTE KISTE
18.-20.03.2026

ZusatzKiste: Lagerkartoffeln

5 kg Bernina

Preis: € 13,98 inkl. MwSt.

ZusatzKiste: Apfelsaft

5 l im Vakuumbeutel

Preis: € 20,30 inkl. MwSt.

ZusatzKiste: Microgreens

je 1 Tasse Broccolikresse, Radieschenkresse,
Rettichkresse, Amarantkresse

Preis: € 14,90 inkl. MwSt.

KW 12: 18.-20.03.2026

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 17.03.2026, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder Fax zu bestellen.

* **Kräuter im Topf:** 1 Basilikum genovese,
1 Petersilie krause, 1 Schnittlauch,
1 Rosmarin, 1 Thymian, 1 Zitronenmelisse

REZEPTE

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

Krautfleckerl mit Speck und Rahm

Rezept für 4 Personen

600 g Weißkraut, 400 g Fleckerlnudeln, 150 g Speck, 150 ml Rahm, 100 g Zwiebel, 2 EL Butterschmalz, 1 EL Zucker, 1 TL Paprikapulver edelsüß, 1 TL Majoran, 1 TL Kümmel, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Nudeln al dente kochen. Speck und Zwiebel fein würfeln. Kraut in 2 cm große Fleckerl oder in Streifen schneiden. (Wenn das Kraut sehr hart ist, sollte man es vorher einsalzen, 15 Minuten ziehen lassen und ausdrücken.) Zucker in einer Pfanne karamellisieren, Butterschmalz, Zwiebel und Speck zugeben, Kraut mitrösten, mit Paprikapulver, Majoran, Kümmel, Salz und Pfeffer pikant würzen. Kraut weichdünsten, bei Bedarf etwas Wasser zugießen, mit Rahm verfeinern. Fleckerlnudeln untermengen, mit Blattsalat servieren.

Würziger Sellerie (wie Bratkartoffeln)

Beilage für 2 Personen

2 Knollensellerie, 1 TL Paprikapulver, Salz, Öl zum Braten

Sellerie schälen, in mundgerechte Würfel schneiden, in Öl braten, bis die Selleriewürfel innen weich und außen knusprig und gebräunt sind, mit Paprikapulver würzen, erst vor dem Servieren salzen.

Pastinakensuppe mit karamellisierten Birnenspalten

Rezept für 4 Personen

750 ml Gemüsebrühe, 300 g Pastinaken, 200 g Kartoffeln, 125 ml Rahm, 80 g Zwiebel, 3 EL Butter, 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer aus der Mühle, ¼ Bund Petersilie, gehackt (ersatzweise tiefgekühlt)

Karamellisierte Birnenspalten: 2 Birnen, 1 EL Butter, 1 EL Zucker

Pastinaken und Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken, in 3 EL Butter andünsten, Pastinaken- und Kartoffelwürfel zugeben, kurz durchrühren, mit Gemüsebrühe aufgießen, weichdünsten lassen. Suppe pürieren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Rahm steif schlagen, unter die Suppe ziehen, sofort auf Tellern verteilen, mit Birnenspalten und Petersilie garniert servieren.

Karamellisierte Birnenspalten: Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen, in Spalten schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Zucker zugeben, karamellisieren lassen, Birnenspalten 2 Minuten darin schmoren.