

2026
KW 33

Josef 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 Radicchio, 1 Melanzani, 2 Zucchini,
2 Zuckermais, 1 kg rotschalige
Kartoffeln

Witterungsbedingt sind Änderungen möglich!

GEMÜSEKISTE:

1 Romanischer oder Romana-Salat, 1
Eissalat, 1 Broccoli, 300 g Bohnen, 2
Zuckermais, 2 Zucchini,
1 kg rotschalige Kartoffeln

FAMILIENKISTE:

1 Romanischer oder Romana-
Salat, 1 Eissalat, 1 Gemüsezwiebel,
2 Zuckermais, 500 g grüne Bohnen,
1 Stangensellerie, 3 Zucchini,
1 kg rotschalige Kartoffeln

Liebe Genießerin und lieber Genießer der Tiroler GemüseKiste!

Trotz des viel zu trockenen Jahresverlaufs hatten unsere Gemüsebauern immer genügend Wasser zur Verfügung, nicht zuletzt deshalb, weil man vor vielen Jahren in ein gut funktionierendes Bewässerungssystem investiert hat. Durch die reinigende und filternde Kraft des Karwendelgebirges steht aus tiefliegenden und sehr ergiebigen Ressourcen beste Trinkwasserqualität für die Bewässerung der Gemüseflächen zur Verfügung. Aus diesem Grund erwarten wir weiterhin eine gute Gemüse- und Kartoffelernte, **genießen Sie heuer erstmals die rotschaligen Kartoffeln**, die in Ihrer Tiroler GemüseKiste beigegepackt wurden.

Einen guten Appetit!

Ihre Gemüsebauern & das Team der Tiroler GemüseKiste

ZUSATZKISTEN

Kartoffeln rotschalig

5 kg

Preis: € 11,98 inkl. MwSt.

10 kg

Preis: € 16,80 inkl. MwSt.

KW 34: 19.-21.08.2026

Wir bitten das Zusatzangebot bis spätestens
Dienstag, 18.08.2026, 12 Uhr, per Telefon,
E-Mail oder über die App zu bestellen.

ZUR GESUNDHEIT

Wasser ist der Quell des Lebens, im wahrsten Sinn des Wortes!
Wir Menschen haben ca. 60% Wasseranteil in uns, Herz und Hirn
gar um die 73%.

Gemüse besteht zu 80% bei Kartoffeln und bis zu 95% bei Gurken
aus dem kostbaren Nass und das in basischer Form, bedingt
durch die Mineralstoffe und Spurenelemente, welche aus dem
Ackerboden aufgenommen werden.

REZEPTE

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

OFEN- ODER GRILLKARTOFFELN MIT KNOBLAUCH-DIP

Rezept für 2 bis 3 Portionen

500 g kleinere Kartoffeln, 1 EL Olivenöl, Meersalz, Pfeffer aus der Mühle,
1 Zweig Rosmarin

Knoblauch-Dip: ½ Becher Joghurt, ½ Becher Sauerrahm, 2-3 Knoblauch-
zehen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Handvoll frische Kräuter

Rosmarin fein hacken. Kartoffeln waschen, vorkochen, mit etwas Oli-
venöl beträufeln, in Meersalz, schwarzem Pfeffer und dem Rosmarin
wälzen. Backofen auf 220°C vorheizen. Kartoffeln auf ein mit Backpa-
pier ausgelegtes Backblech legen und 20 Minuten braten (oder in Alufo-
lie wickeln und auf den Grill legen), mit dem Knoblauch-Dip servieren.

Knoblauch-Dip: Knoblauch und Kräuter fein hacken, alle Zutaten mitei-
nander verrühren.

ZUCKERMAISKOLBEN MIT SPECK AUS DER PFANNE

Rezept für 2 Personen

2 Maiskolben, 1 rote Zwiebel, 100 g Speckwürfel, 1 Pri-
se Salz, Pfeffer aus der Mühle, ½ Bund Petersilie, etwas
Butter zum Anbraten

Blätter von den Maiskolben lösen, 20 Minuten in Salz-
wasser kochen, anschließend Rippchen („Corn Ribs“)
vom Strunk schneiden. Petersilie fein hacken. Zwiebel
schälen, in breite Streifen schneiden. Butter in einer
Pfanne zerlassen, Zwiebelstreifen und Speckwürfel an-
braten, Maisstreifen zugeben und 5 Minuten rundhe-
rum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Petersi-
lie bestreuen. Passt ideal zu Ge grilltem.