



## Kundträff

Om ni är intresserade att se var era grönsaker odlas, lagras och slutligen packas är ni hjärtligt välkomna på vår kundträff **söndagen den 7 september kl 14 i Ramdala.**

Vi vill då visa er packhallen, gå en tur på fälten, plocka majs samt bjuda på fika. Mer information kommer senare. Man får gärna, men behöver inte anmäla om man kommer.

---

Ni kan även köpa närodlade och **KRAV**-certifierade torrvaror av oss. SMSa eller e-posta din beställning. Varorna kommer tillsammans med dina grönsaker.

Vi har:

**Knäckebröd 450g/ Solmarka Gårdsbageri  
söder om Kalmar 50:-**

**Skorpor 400g/ Solmarka Gårdsbageri 50:-**

**Rågflingor 500g/ Nils-Börje Nilsson.  
Odlat och malt i Hjalmsa, Bräkne Hoby. 15:-**

**Honung 500g/ Nils-Gunnar Nilsson.  
Producerat i skogsbygden kring Backaryd 55:-**



Hej!

Idag får ni zucchini, en gul och en grön, polkabetor, färskpotatis, morötter och salladslök. Allt odlat hos A.Andersson i Bern-torp, Ramdala. Just precis han som tillsammans med Kalle var i tidningen.

Fruktlådorna innehåller ekologiska äpplen, bananer och päron.

Nu under skördesäsongen kommer vi att ha tillfälliga tilläggsvoror. De fungerar precis som våra andra, ni ringer, smsar eller mailar in en beställning innan leveransen, vi skickar med varan och lägger på kostnaden på nästa faktura.

Så; till nästa leverna kan ni köpa **persilja** i större mängder - vi tänker på om ni vill frysa in vitaminer till vintern.

15kr för ett stort knippe



## Zucchini och smälök med hoisinsås och cashewnötter

Hoisinsås finns att köpa i matbutiken

75 g naturella cashewnötter  
2 salladslök  
1/2 msk rapsolja  
350 g zucchini, gärna hälften gula hälften gröna  
1/2 finstrimlat citrongräs  
2 msk japansk soja  
2 msk hoisinsås

Rosta cashewnötterna i en torr stekpanna på låg värme tills de fått lite färg. Lägg dem åt sidan. Dela löken i klyftor, stek den i olja i 5 minuter. Blanda ner zucchini och citrongräs och stek ytterligare ca 5 minuter på medelvärme. Tillsätt soja och hoisinsås och låt det puttra i ca 1 minut. Blanda ner de rostade cashewnötter och servera direkt med ris eller nudlar.

## Polkabetan

Polkabetan är en väldigt fin rödbetsvariant som innuti är rosa- och vitrandig. Den är mildare än en vanlig rödbeta och kan användas precis som en sådan. Tyvärr suddas de fina ränderna ut lite när man kokar dem så servera den gärna rå. Till exempel skalad och tunnt tunnt skuren i skivor med vinägrettdressing.

## Polkabetschips

Tvätta betan noga och hylva tunna skivor. Torka av vätskan. Friterar i het olja (fyll en stekpanna med 2 1/2 cm) i 1-2 minuter. Ta upp med hålslev och låt rinna av på hushållspapper. Salta och peppra.



## Zucchini-biffar med röd curry

till 4 personer

300 g grovt riven zucchini  
1 tsk salt  
125 skalad grovt riven morot  
200 g kokt och grovt riven potatis (fungerar bra med färskpotatis)  
1 grovt riven knipplök  
2 tsk röd currypasta  
1 tsk salt  
2 msk potatismjöl  
olivolja till stekning

### Yoghurtsås:

2 dl turkisk eller grekisk yoghurt  
1-2 urkärnade och finhackade piri-piri  
1 msk riven färsk ingefära  
rivet skal av 1 lime eller 1 citron  
2 tsk pressad lime eller citron  
1 krm salt

Lägg zucchini i ett durkslag och blanda med salt. Låt stå i ca 20 minuter så att vattnet dras ut. Krama ur så mycket vatten som möjligt från den rivna zucchini och blanda den med morot, potatis och lök i en skål. Tillsätt currypasta, salt och potatismjöl och blanda om väl. Forma små biffar. Sätt ugnen på 225 grader. Hätta upp oljan i en stekpanna och stek biffarna på medelvärme i ca 3 minuter på varje sida. Lägg biffarna på ett ungsäkert fat och efterstek dem i ugnen i ca 10 minuter. Blanda samman ingredienserna till såsen och servera den kall till biffarna tillsammans med en sallad.