



Leveransschema 2009, v 2 - 26

Januari	8, 9 samt 22, 23
Februari	5,6 samt 19, 20
Mars	5, 6 samt 19, 20
April	2, 3, 16, 17 samt 30 (alla får på torsdagen)
Maj	14, 15 samt 28, 29
Juni	11, 12 samt 25, 26

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 (begränsat antal) 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:-**

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0733 643433
kallemarta@gronsakerdirekt.se



Hej!

Välkomna tillbaka efter ett juluppehåll. Vi inleder det nya året med Princess -potatis, morötter, rödbetor, persiljerötter och rödlök från A. Anderssons gård i Ramdala, samt gullök från A. Åkesson i Olsäng. Allt **KRAV**-odlat.

I fruktlådorna får ni Italienska ekologiska äpplen av sorten Gala samt ekologiska apelsiner och päron.

I era lådor finner ni även fakturorna för kommande kvartal och halvår. Hör gärna av er så fort som möjligt om ni undrar något eller om vi inte räknat rätt.

Leveransschema för gällande period finns på baksidan.



Grön Potatissoppa med rödbetor

Det är **VÄLDIGT VIKTIGT ATT NI ANGER FAKTURANUMRET NÄR NI BETALAR!** Vi läser hellre frökataloger på kvällarna än försöker få rätsida på okända inbetalningar.

Vi ses om två veckor/KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0733 643433
kallemarta@gronsakerdirekt.se

Princess, asterix och ovatio

I vårt vinterlager har vi nu tre potatissorter kvar. Den ni får idag heter Princess och är den gulare av de tre. Princessen är en fast potatis vilket innebär att stärkelsehalten är högre än hos en mjöligare potatis. Princessen lämpar sig bättre till att serveras kokt hel eller ungsbakad, men den fungerar även till mos och i soppor.

Princessen är fastare än både asterixen, den rödskaliga potatisen, och ovatio vilken kan klassas som en mjölig sort.

Vi kommer att byta mellan potatissorterna under nästkommande leveranser för att ni som är intresserade lättare ska kunna jämföra dem. Och vi är så klart intresserade av vad ni tycker om så kommentarer tas tacksamt emot .

Hasselbackspotatis

Skala jämnstora potatisar och skär av en bottenplatta på dem så att de står stadigt på arbetsbänken. Skär potatisarna i tunna skivor, men inte helt igenom. Det kan vara bra att lägga dem i en träslev vars kanter hindrar kniven från att gå rakt igenom. Läg dem sedan i en smord ungsfast form, krydda med salt och peppar, strö över grovt ströbröd. Läg en klick smör på varje potatis och lägg eventuellt på riven ost. Gratinera i 225 grader i 45 - 50 minuter eller tills potatisen fått en fin färg.

Persiljerot

Persiljeroten är en rotfrukt som innehåller mycker vitaminer och mineraler. Den kan användas precis som en morot eller en palsternacka. Den är dock mer smakrik och kan med fördel blandas med potatis i rätter som gratänger och soppor.

Persiljeroten har samma tillagningstid som en morot och behöver alltså lite längre tid än potatisen både när den kokas och ungbakas.



Grön potatissoppa med rödbetsröra

4 portioner
ca 500 g potatis
1 gul lök
lite olja eller matfett
1 liter hönsbuljong
1/2 dl gräddfil
1 - 1 1/2 dl hackad fryst eller färsk persilja
salt, svart- och vitpeppar

2 rödbetor
1 liten röd lök
1 msk olivolja
1 msk vitvinsvinäger
salt och svartpeppar

Skrubba rödbetorna och koka dem i saltat vatten tills de är mjuka. Koka under tiden soppan. Skala och tärna potatis och lök. Fräs i olja och slå på buljongen. Koka tills potatisen är mjuk. Ta soppan från plattan och tillsätt gräddfilen och persiljan. Mixa med mixerstav eller i matberedaren. Smaka av med salt och peppar.

Skölj rödbetorna i kallt vatten så att du kan skala och hacka dem i mindre bitar. Hacka rödlöken och blanda med rödbetor, olja, vinäger, salt och peppar.

Servera soppan med rödbetorna på. Stekt bacon eller korvbitar passar också till om man vill göra soppan matigare.