



### Ovation vann!

På potatisprovningen i Karlshamn vann Ovation vår omröstning både i klassen kokt- och ungsbakad potatis.

Idag har vi därför med recept där ungsbakad Ovation är en del. Som kokt faller den gärna sönder lite vilket är fint till middagar som innehåller sås.

Una hon säger att man inte kan äta lutfisk och vitsås utan Ovation!

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 Hjärmsa, Bräkne Hoby. 15:-**

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

Kalle och Märta Johansson

0733 643433

kallemartha@gronsakerdirekt.se

WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

**GRÖNSAKER  
DIREKT**



Hej!

Idag får ni potatis (Ovation), morötter, vitlök och rotpersilja från A. Anderssons gård i Ramdala, röd lök från A. Åkesson i Ölsång samt gul lök från T. Thuresson, Önnestad i Skåne. Allt är KRAVodlat.

I fruktlådorna får ni röda äpplen, apelsiner och päron! Samtliga frukter är ekologiska.

Det börjar närma sig ny betalningsperiod för er kunder som betalar en gång i kvartalet. Om ni vill göra ändringar ber vi er kontakta oss så fort som möjligt. Detta gör vår administration så mycket enklare.

Vi har valt att dela på vitlökarna för att upptäcka eventuellt mögel. Det är så svårt att avgöra vitlöken kvaliteten utan att öppna den och vi vill inte chansa.

I bakgrunden ser ni ett vårtecken; färskpotatisen står på förgroning!

Vi ses om två veckor/KalleMärta



Kalle och Märta Johansson

0733 643433

kallemartha@gronsakerdirekt.se

WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

**GRÖNSAKER  
DIREKT**





### Ungsbakad potatis och rotpersilja med vitlöksbönor och morotstzatziki

2-3 portioner

500 g potatis  
3 rotpersilja  
flingsalt

2 dl avrunnen yoghurt  
2 morötter  
1 msk olivolja  
0,5 dl finhackad färsk mynta eller 1 msk torkad  
1 stor vitlöksklyfta  
0,5 - 1 msk vinäger  
salt och peppar

1 burk (ca 3-4 dl) vita bönor  
3-4 kvistar bladpersilja  
1 vitlöksklyfta  
2 msk olivolja  
1 msk vinäger  
salt

Skölj och skrubba potatis och rotpersilja. Dela dem i klyftor och bred ut dem på en plåt med bakplåtspapper, strö saltet över dem. Sätt in i 200 grader. Provstick efter 20 minuter och se om de är färdiga.

Gör morotstzatsikin under tiden. Skala morötterna och riv grovt. Fräs lätt i olivoljan. Hacka myntan och rör mer den i den avrunna yoghurten. Pressa i vitlök, tillsätt vinäger och morötter. Smaka av med salt och peppar. Låt stå svalt.

Mixa eller finhacka persilja, vitlök, och rör i olja och vinäger. Vänd ner de avrunna börnorna.

Servera de varma rotfrukterna med börnorna och morotstzatsikin. Garnera med färsk mynta.

### Dippsås till tillexempel ungsbakad potatis

3 vitlöksklyftor, fint skivade  
1 tsk färsk ingefära, fint strimlad  
en liten bit finhackad chillipeppar (mängd efter fruktens styrka)  
2 dl creme fraiche  
salt och socker

Rör ihop ingredienserna och smaka av med salt och socker. Låt dra en timme innan servering.

### Vitlöksomelett

2 skivor vitt bröd  
50 g smör  
1 stor vitlöksklyfta, krossad  
4 msk hackad persilja  
8 ägg  
1 dl grädde eller mjölk  
salt och peppar

Skär brödet i mindre kuber. Stek dem i smöret tills de blir fräsiga. Tillsätt vitlöken och persiljan, ställ åt sidan. Rör ihop ägg, mjölk/grädde, salt och peppar och stek. Lägg på brödkuberna som fyllning.

### Potatispizza

12 bitar  
1 sats pizzadeg, köpt eller hemmagjord  
5 medelstora potatisar, skalade i mycket tunna skivor  
3 msk olivolja  
2 tsk timjan  
2 krm svartpeppar  
2 tsk flingsalt  
2 msk blad från färsk rosmarin

Kavla ut pizzadegen på ett bakplåtspapper och lägg över den på en plåt. Bred ut potatisskivorna lite omlott och ringla över olivoljan. Krydda med timjan och svartpeppar och smula över flingsaltet. Grädda i ca 10 minuter, strö över rosmarinbladen och grädda ytterligare 4-5 minuter.

Pizzan passar bra på en buffé, som förrätt med lönjrom, eller som huvudrätt med en matig sallad till.