



Inför sommaren

Vi ber er meddela oss så fort som möjligt om ni kommer att göra uppehåll under semestern. Det underlättar all vår planering avsevärt. Vi föredrar e-post och SMS, tack.

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

Vi har potatis, morötter, lök och diverse rotfrukter som tillägg, se utbud och priser på vår hemsida under fliken Tilläggsköp. De torrvaror vi har är:

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

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

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0733 643433
kallemarta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



Hej!

Idag får ni potatis (Ovatio), morötter, och jordärtskockor från A. Anderssons gård i Ramdala samt gräslök och färsk persilja från Solmarka gård utanför Kalmar. Allt är KRAVodlat.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen, bananer och päron.

På åkrarna.

Kampen mot ogräsen är igång. Trycket är inte så hårt än men när de små skotten väl vill gå det fort och mycket inom den ekologiska odlingen handlar om timing. Det gäller att prioritera vilka åkrar som ska rensas först så att våra grödor hela tiden är de största, att de är närmre solen än ogräsen.

Färskpotatisen växer fint men vi kan inte ännu ge er ett datum för premiärskörden. Vi väntar lika mycket som ni.

Där det händer mest är annars i äppelhagen. I nästa nyhetsbrev lovar vi en bild på satta äppelträd!

Vi ses om två veckor/KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0733 643433
kallemarta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



Oststuvade jordärtskockor

ca 500 g jordärtskockor
3 dl mjölk
3 msk vetemjöl
2-3 dl kokspad från jordärtskockorna
1-2 msk smör
salt
2 kryddmått vitpeppar
1/2 tsk paprikapulver
2 dl riven ost, helst grevé
grovhackad gräslök eller persilja

Skala jordärtskockorna och koka dem i saltat vatten i 10-12 minuter (de ska vara mjuka men inte mosiga). Håll av spadet men spara 3 dl till såsen. Blanda mjölk och vetemjöl i en kastrull. Vispa så att det inte är några klumpar. Tillsätt spadet, smör, salt, vitpeppar och paprikapulver. Ställ såsen på värmen och rör tills den kokar upp. Rör ner osten och till sist jordärtskockorna. Stö över gräslöken eller persiljan, servera till kokt potatis och smörfräst spenat.

Morotskaka med bacon

150 g strimlat bacon
300 g morötter
3 ägg
3 msk mjölk
1 vitlöksklyfta
1 dl hackad gräslök

Skala och riv morötterna grovt. Koka upp lättsaltat vatten i en kastrull. Lägg i morotsrivet, tag genast kastrullen från plattan och låt stå i 2 minuter. Låt sedan morötterna rinna av i en sil. Stek backon i en medelvarm panna. Vispa äggen, blanda ner morötterna och de andra ingredienserna. Slå bort överflödigt fett ur pannan och håll i smeten. Grädda kakan 15 - 20 minuter i ugnen i 225 grader.



Potatiskaka

10 medelstora potatisar
4 tomater
1 zucchini
1 dl färskriven parmesan
olivolja
salt och peppar

Sätt ugnen på 175 grader. Skala potatisen. Skär zucchini, potatis och tomat i tunna skivor. Smörj fyra ungsäkra portionsformar med olivolja. Varva potatis med varannan gång tomat och varannan gång zucchini. Salta och peppra och droppa över olivolja. Stö över riven parmesanost och baka i ugnen i ca 45 minuter eller tills potatisen är mjuk.

Lökpaj med potatis och oliver

Pajdeg:
50 g rumstempererat smör
4 dl vetemjöl
1 1/2 dl mjölk
2 tsk bakpulver
Fyllning:
en knippe gräslök
1/2 kg kokt potatis
2 dl svarta oliver
4 ägg
1 burk (2 dl) lättcrème fraiche
2 dl mjölk
salt och peppar

Sätt ugnen på 175 grader. Blanda ingredienserna till pajdegen. Kavla ut degen och klä en springform med den.

Hacka löken. Skiva potatisen och hacka oliverna. Varva lök, potatis och oliver i pajformen. Vispa ihop ägg, lättcrème fraiche och mjölk med lite salt och peppar. Håll det över fyllningen. Gör några hål i fyllningen med en kniv så att äggstanningen inte lägger sig ovanpå. Baka i ugnen i ca 45 minuter.