



SOMMARNYHETSBRÄV #26 25, 26 juni 2009

Hej!

Idag får ni färskpotatis, våra sista vintermorötter, färsk vitlök, majrovor och knippmorötter. Allt är **KRAV**odlat på A. Anderssons gård i Ramdala.

Vi är medvetna om att majrovorna är små, men de är så fina i smaken och om två veckor är de med säkerhet maskätna så därför vill vi ge er dem nu.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen och bananer samt våra egna **KRAV**odlade jordgubbar!

På åkrarna

Livet på åkrarna innebär just nu att hålla ogräset i schack samt vattna så fort det behövs. Sen kan tragikomiska incidenter inträffa och ta tid. Vi skulle så vår andra omgång majs (hälften av den är redan uppe och fin tack och lov) och gjorde så. Dagen efter ser vi spår av en fågel i raden. Det visade sig att den fattat vad vi gjort, gått längs hela raden och ätit upp alla korn. Vi skaffade nya korn, sådde och satte upp en fågelskrämma. Det hjälpte inte.

Mer jordgubbar

Håller vädret i sig och ovan nämnda fågel inte hittar till jordgubbslandet är ni välkomna på **självplock**. Ring oss innan så guidar vi er och ser till att ni inte kommer till ett tomt land. Ring 0455-45077 el 0708-254066 (lämna meddelande).

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



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



SOMMARNYHETSBRÄV #26 25, 26 juni 2009

Hej!

Idag får ni färskpotatis, våra sista vintermorötter, färsk vitlök, majrovor och knippmorötter. Allt är **KRAV**odlat på A. Anderssons gård i Ramdala.

Vi är medvetna om att majrovorna är små, men de är så fina i smaken och om två veckor är de med säkerhet maskätna så därför vill vi ge er dem nu.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen och bananer samt våra egna **KRAV**odlade jordgubbar!

På åkrarna

Livet på åkrarna innebär just nu att hålla ogräset i schack samt vattna så fort det behövs. Sen kan tragikomiska incidenter inträffa och ta tid. Vi skulle så vår andra omgång majs (hälften av den är redan uppe och fin tack och lov) och gjorde så. Dagen efter ser vi spår av en fågel i raden. Det visade sig att den fattat vad vi gjort, gått längs hela raden och ätit upp alla korn. Vi skaffade nya korn, sådde och satte upp en fågelskrämma. Det hjälpte inte.

Mer jordgubbar

Håller vädret i sig och ovan nämnda fågel inte hittar till jordgubbslandet är ni välkomna på **självplock**. Ring oss innan så guidar vi er och ser till att ni inte kommer till ett tomt land. Ring 0455-45077 el 0708-254066 (lämna meddelande).

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



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



Knippmorötter

De färska knippmorötterna bör ätas upp snarast och de behöver inte skalas. Skölj av dem och borsta eventuellt av dem med en rotborste. Koka dem i lättsaltat vatten i 5 minuter och ät med smör eller majonäs.

Eller ät dem råa.

Majrovor

Skrubba och ansa de små rovarna och koka precis som morötterna. Det tunna skalet kan vara aningen beskt, smakar rädisa, och om man inte gillar det är det lätt att ta bort när rovan är kokt. Ät även dessa med smör eller majonäs.

Grönsaksgratäng på primörer

4 personer
ca 750 g färska grönsaker (potatisen, morötterna, majrovan och vitlöken passar här).

1 1/2 msk smör
3 msk vetemjöl
4 dl mjölk
1-1 1/2 dl riven ost
1 äggula
1/2 grädde
salt och peppar

Koka grönsakerna lagom mjuka och håll av dem. Lägg dem i en ungsäker form. Smält smöret i en kastrull, rör ner mjölet och späd med mjölken. Koka upp och låt koka i 3 minuter. Rör ner osten. Vispa ut äggulan med grädde och rör ner det i såsen. Smaka av med salt och peppar. Häll såsen över grönsakerna och gratinera i övre delen av ugnen i 225 grader i ca 10 minuter.

Färsk vitlök

Den färska vitlöken kan grillas eller stekas. Dela dem på längden och salta lätt. Stek i smör eller olja.

Den kan också ätas rå. Hacka vitlöken och strö över nykokt färskpotatis ihop med lite olivolja, salt, peppar och hyvlad parmesanost.

Observera att man kan använda hela löken, alltså även det gröna.



Knippmorötter

De färska knippmorötterna bör ätas upp snarast och de behöver inte skalas. Skölj av dem och borsta eventuellt av dem med en rotborste. Koka dem i lättsaltat vatten i 5 minuter och ät med smör eller majonäs.

Eller ät dem råa.

Majrovor

Skrubba och ansa de små rovarna och koka precis som morötterna. Det tunna skalet kan vara aningen beskt, smakar rädisa, och om man inte gillar det är det lätt att ta bort när rovan är kokt. Ät även dessa med smör eller majonäs.

Grönsaksgratäng på primörer

4 personer
ca 750 g färska grönsaker (potatisen, morötterna, majrovan och vitlöken passar här).

1 1/2 msk smör
3 msk vetemjöl
4 dl mjölk
1-1 1/2 dl riven ost
1 äggula
1/2 grädde
salt och peppar

Koka grönsakerna lagom mjuka och håll av dem. Lägg dem i en ungsäker form. Smält smöret i en kastrull, rör ner mjölet och späd med mjölken. Koka upp och låt koka i 3 minuter. Rör ner osten. Vispa ut äggulan med grädde och rör ner det i såsen. Smaka av med salt och peppar. Häll såsen över grönsakerna och gratinera i övre delen av ugnen i 225 grader i ca 10 minuter.

Färsk vitlök

Den färska vitlöken kan grillas eller stekas. Dela dem på längden och salta lätt. Stek i smör eller olja.

Den kan också ätas rå. Hacka vitlöken och strö över nykokt färskpotatis ihop med lite olivolja, salt, peppar och hyvlad parmesanost.

Observera att man kan använda hela löken, alltså även det gröna.