



## SOMMARNYHETSBRÉV #28 9, 10 juli 2009

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, knipplök, dill och kålrabbi. Allt är **KRAV**odlat på A. Anderssons gård i Ramdala.

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

### På åkrarna

Än är de små, små. Men får de växa färdigt innan bladmöglet kommer så får vi potatis i år också. Här på bilden har vi Asterix. Vi odlar även Ovatio, Minerva, Rocket och Princess.

Vintermorötterna börjar nu få en antydning av sin orange färg så nu är det viktigt att se till att de får optimal bevattning.



Obervera att det bland grönsakerna ligger en faktura för kommande kvartal eller halvår. Vill ni ändra på något eller om vi räknat/ debiterat fel ber vi er höra av er så fort som möjligt. Ange alltid fakturanummer vid betalning.

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER  
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson  
0708 254066  
kallemarta@gronsakerdirekt.se  
[WWW.GRONSAKERDIREKT.SE](http://WWW.GRONSAKERDIREKT.SE)



## SOMMARNYHETSBRÉV #28 9, 10 juli 2009

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, knipplök, dill och kålrabbi. Allt är **KRAV**odlat på A. Anderssons gård i Ramdala.

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

### På åkrarna

Än är de små, små. Men får de växa färdigt innan bladmöglet kommer så får vi potatis i år också. Här på bilden har vi Asterix. Vi odlar även Ovatio, Minerva, Rocket och Princess.

Vintermorötterna börjar nu få en antydning av sin orange färg så nu är det viktigt att se till att de får optimal bevattning.



Obervera att det bland grönsakerna ligger en faktura för kommande kvartal eller halvår. Vill ni ändra på något eller om vi räknat/ debiterat fel ber vi er höra av er så fort som möjligt. Ange alltid fakturanummer vid betalning.

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER  
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson  
0708 254066  
kallemarta@gronsakerdirekt.se  
[WWW.GRONSAKERDIREKT.SE](http://WWW.GRONSAKERDIREKT.SE)



### **Knipplök**

Den färska knipplöken är en färskvara och ska förvaras i kylskåpet. Ansa och skölj den i kallt vatten. Precis som på en purjolök kan man äta även det gröna.

Koka dem hela i lättsaltat vatten i ca 5 minuter. Servera med en klick smör.

Dela dem en gång på längden och stek på medelhög värme. Salta och slå på en skvätt vatten på slutet.

### **Kålrabbi**

Kålrabbin är mild i smaken och väldigt krispig. Man kan äta den rå, antingen råreven i sallad eller i tunna skivor på en ostsmörgås. Det går också bra att koka dem och äta den som tillbehör.

Kålrabbin håller sig bra i kylskåpet och behöver inte ätas upp med en gång.

### **Färskpotatis med dillolja och stekt kålrabbi**

4 personer  
1,2 kg potatis  
2 kålrabbi  
ca 1 dl dill  
1 dl olivolja + lite till stekpannan  
salt och peppar

Skrubba potatisen och koka den som vanligt - lägg den i kokande saltat vatten och känn på dem med en sticka när de är färdiga. Tvätta kålrabbin och skär den i tunna stavar. Hetta upp lite olja i en stekpanna och stek kålrabbin. Salta lite. Mixa dillen med olja, smaka av med salt och peppar. Håll dilloljan på potatisen och vänd ner den. Servera med kålrabbin till.

### **Kokta primörer med vallmosmör**

Koka potatis, morötter, lök och kålrabbi. Lägg upp på ett fat. Smält lagom mycket smör och blanda i rikligt med blå vallmofrön. Håll vallmsmörret över primörerna och servera till kött eller fisk.



### **Knipplök**

Den färska knipplöken är en färskvara och ska förvaras i kylskåpet. Ansa och skölj den i kallt vatten. Precis som på en purjolök kan man äta även det gröna.

Koka dem hela i lättsaltat vatten i ca 5 minuter. Servera med en klick smör.

Dela dem en gång på längden och stek på medelhög värme. Salta och slå på en skvätt vatten på slutet.

### **Kålrabbi**

Kålrabbin är mild i smaken och väldigt krispig. Man kan äta den rå, antingen råreven i sallad eller i tunna skivor på en ostsmörgås. Det går också bra att koka dem och äta den som tillbehör.

Kålrabbin håller sig bra i kylskåpet och behöver inte ätas upp med en gång.

### **Färskpotatis med dillolja och stekt kålrabbi**

4 personer  
1,2 kg potatis  
2 kålrabbi  
ca 1 dl dill  
1 dl olivolja + lite till stekpannan  
salt och peppar

Skrubba potatisen och koka den som vanligt - lägg den i kokande saltat vatten och känn på dem med en sticka när de är färdiga. Tvätta kålrabbin och skär den i tunna stavar. Hetta upp lite olja i en stekpanna och stek kålrabbin. Salta lite. Mixa dillen med olja, smaka av med salt och peppar. Håll dilloljan på potatisen och vänd ner den. Servera med kålrabbin till.

### **Kokta primörer med vallmosmör**

Koka potatis, morötter, lök och kålrabbi. Lägg upp på ett fat. Smält lagom mycket smör och blanda i rikligt med blå vallmofrön. Håll vallmsmörret över primörerna och servera till kött eller fisk.