



### Kylan vs grönsakerna igen

Vi tackar igen för all förståelse och för all hjälp med att skydda, ta in och svepa om lådorna. Det är tufft att köra grönsaksbud i detta vintervädret. Vet ni med er att lådan kommer att stå oskyddad en längre tid så lägg gärna ut en tjock filt eller till och med en passande frysväska. Vårt tidschema blir oundvikligen förskjutet på grund av det ogynnsamma väglaget så räkna inte med att vi kommer då vi brukar. En del kunder som är vana att få leverans torsdag eftermiddag/ kväll kommer kanske först få sin låda fredag förmiddag. Hoppas att allt skall gå bra och tveka inte att höra av er om ni har några frågor och funderingar.

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. Därutöver har vi:

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

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

Shiitake torkad svamp 16 g 44:-  
(hållbar i 1 år)

GRÖNSAKER  
DIREKT



Kalle och Märta Johansson  
0708 25 40 66  
kallemarta@gronsakerdirekt.se  
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



Hej!

Idag får ni potatis (Asterix) och morötter från A.Anderssons gård i Ramdala, gul lök från A.Åkesson i Olsäng, samt lite av varje. Vi rensar kylan på allt ifrån palsternackor, fänkål, kålrot, vitkål till jordärtskockor. Alla kan inte få av allt utan vi hoppas helt enkelt att så många som möjligt får sina favoriter. Allt är **svensktKRAV** odlat förutom fänkålen som är ekologisk och importerad.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen, ekologiska apelsiner och ekologiska päron.

#### Vårtecken

Vi har fått en 1200kg-säck full med vårtecken. Det är ljusst bruna små knölar, mellan 30 och 40 mm i diameter. Som ni förstår så är det färskpotatisutsädet vi syftar på. Sorten heter Maris Bard och kanske känns igen av trogna kunder. Vi hade denna sort under sommaren 2007. Om ett par veckor är det dags att lägga potatisarna att förgro. Detta går till så att vi lägger dem i små lådor i vårt pannrum som har fönstren åt söder. Spillvärmen från pannan och solen som skiner hela dagarna får potatisen att gro. Denna tjuvstart ger oss en till två veckors tidigare skörd och jämnare uppkomst på åkern.

Vi kommer även att odla en sort som heter Solist. Detta är en tidig sort att ha under sommaren (och vintern). Renodlad vinterpotatis blir i huvudsak Asterix och eventuellt en liten mängd Ovatio.

Vi ses igen om två veckor! KalleMärta

GRÖNSAKER  
DIREKT



Kalle och Märta Johansson  
0708 25 40 66  
kallemarta@gronsakerdirekt.se  
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



### **Grönsakspytt med honung**

4 portioner  
300 g morot  
600 g valfria rotsaker kålrot, fänkål, vitkål eller palsternacka  
100 g purjolök  
vatten  
salt  
2 msk smör  
2 msk honung  
4 msk hackad persilja  
1 - 2 tsk svarta senapsfrön

Skala och skär rotfrukterna i tärningar och koka dem knappt mjuka i saltat vatten. Hacka purjolöken och fräs den i smöret tillsammans med rotfrukterna. Ringla över honung och puttra i några minuter. Stör över persilja och senapsfrön.

### **Morotsmajonäs till rostade grönsaker**

4 portioner  
ca 400 g potatis  
1 gul lök  
ca 500 g andra rotfrukter; jordärtskockor, betor, fänkål, kålrot  
olivolja  
salt, peppar  
  
2 morötter  
3/4 dl majonäs  
1 msk citronsaft  
salt, peppar

Skrubba och ansa grönsakerna. Skär dem i klyftor och lägg dem på en långpanna, ringla olja över och salta och peppra dem. Rosta dem i 200 grader i ca 35 minuter. Tänk på att kålrot, jordärtskocka och betor tar lite längre tid så låt de stå inne först i ca 10 minuter.

Skala och koka morötterna i mindre bitar tills de är mjuka. Häll av vattnet och mixa den med majonäs, citronsaft, salt och peppar.

Servera rotfrukterna med en klick majonäs på.



### **Potatisgratäng på kokt potatis**

4-5 personer

1 kg kokt fast potatis  
1 kg tomat  
3-4 vitlökskyftor  
3/4 dl hackad färsk basilika eller 2 tsk torkad  
3/4 dl hackad färsk persilja  
timjan, salt och peppar  
3 msk olivolja

Skiva potatisen och tomaterna. Skala och hacka vitlöken och blanda med basilikan, persiljan och en nypa timjan. Varva potatis, tomat och kryddgrönt i en ungssäker form, salta och peppra mellan lagren. Droppa olivoljan över, täck och ställ kallt i 1 - 2 timmar. Tillaga i 30 minuter i nedre delen av ugnen i 175 grader.

### **Ren-/viltskav med morötter och lök**

2 portiner  
1 paket renskav, 240 g  
2 finhskade gula lökar  
2 fint fivna morötter  
smör  
salt  
vitpeppar  
2 dl buljong, vatten + tärning  
2 dl crème fraiche  
1 -2 msk gelé

Tina skavet och bryn det i smöret i en rymmlig stekpanna eller i en järngryta. Tillsätt lök och morötter och låt det bryna. Krydda, slå på buljongen och sjud i 5 minuter. Rör ner crème fraiche och gelé. Servera med pressad potatis och gelé.