



SOMMARNYHETSBRÄV #28 15, 16 juli 2010

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, salladslök, grön och/eller röd kålrabbi, färsk vitlök och bonusbasilika. Allt är **KRAV**odlat på vår gård i Ramdala.

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

På åkrarna

Ja på åkrarna är det lika torrt som på alla andra ställen. Vi vattnar på nätterna eftersom avdunstningen är för stor på dagarna men, det hade så klart varit bättre med ett riktigt genomblötande sommarregn. I stort kan man annars säga att vi är över den stora ogräsrensningen och vi börjar som ni ser skörda mer.

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



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



SOMMARNYHETSBRÄV #28 15, 16 juli 2010

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, salladslök, grön och/eller röd kålrabbi, färsk vitlök och bonusbasilika. Allt är **KRAV**odlat på vår gård i Ramdala.

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

På åkrarna

Ja på åkrarna är det lika torrt som på alla andra ställen. Vi vattnar på nätterna eftersom avdunstningen är för stor på dagarna men, det hade så klart varit bättre med ett riktigt genomblötande sommarregn. I stort kan man annars säga att vi är över den stora ogräsrensningen och vi börjar som ni ser skörda mer.

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



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



Stekta morotsslantar

Skölj några morötter och skär i slantar. Hetta upp olivolja i en stekpanna och stek morötterna i några minuter. Salta och smaksätt dem med vitlök, kanel eller spiskummin.

Kålrabbi

Kålrabbin kan man äta rå i tunna skivor på en smörgås eller råreven i en sallad. Det är också gott att steka den snabbt eller använda den i en gryta. Skala alltid av skalet med en pottisskalare eller en skalkniv.

Kålrabbin klarar sig ganska länge i kylskåpet i en öppen plastpåse.

Fäsk vitlök

Vitlöken är nu färdig, det vill säga att varje klyfta har ett skal om sig och man kan därför nu torka den. Vill ni alltså inte använda den nu kan ni hänga den torrt och använda den som vanlig vitlök senare. Den är dock fortfarande så mild att den ännu passar utmärkt att steka och äta direkt.

Färskpotatis med vitlökssås

Hacka en halv fäsk vitlök och två morötter fint. Fräs detta i smör en kort stund och låt svalna. Blanda hälften gräddfil, hälften creme fraiche i en bunke. Klipp ner rikligt med basilika och de frästa grönsakerna. Smaka av med salt och svartpeppar. Låt dra en stund innan servering.

Koka under tiden potatis, och gärna morötter och lök också, servera såsen till de nykokta grönsakerna och kallskuret kött.



Stekta morotsslantar

Skölj några morötter och skär i slantar. Hetta upp olivolja i en stekpanna och stek morötterna i några minuter. Salta och smaksätt dem med vitlök, kanel eller spiskummin.

Kålrabbi

Kålrabbin kan man äta rå i tunna skivor på en smörgås eller råreven i en sallad. Det är också gott att steka den snabbt eller använda den i en gryta. Skala alltid av skalet med en pottisskalare eller en skalkniv.

Kålrabbin klarar sig ganska länge i kylskåpet i en öppen plastpåse.

Fäsk vitlök

Vitlöken är nu färdig, det vill säga att varje klyfta har ett skal om sig och man kan därför nu torka den. Vill ni alltså inte använda den nu kan ni hänga den torrt och använda den som vanlig vitlök senare. Den är dock fortfarande så mild att den ännu passar utmärkt att steka och äta direkt.

Färskpotatis med vitlökssås

Hacka en halv fäsk vitlök och två morötter fint. Fräs detta i smör en kort stund och låt svalna. Blanda hälften gräddfil, hälften creme fraiche i en bunke. Klipp ner rikligt med basilika och de frästa grönsakerna. Smaka av med salt och svartpeppar. Låt dra en stund innan servering.

Koka under tiden potatis, och gärna morötter och lök också, servera såsen till de nykokta grönsakerna och kallskuret kött.