



Våra egna äpplen är nu slut för denna säsong.

Vi har kämpat mot en del lagringsskorv (de svarta prickarna). Detta är ofarligt att äta och smakar inget men kan tillslut börja mögla. De sista kilorna lät vi inte komma dit utan är nu pressade till must. Fruktlådorna kommer därför innehålla annan ekologisk frukt tills nästa höst. Då kommer vi förhoppningsvis även kunna skörda lite Frida till er!

Kylan och snön

När det är kallt far våra potatisar illa, de tål inte att frysa. Vet ni med er att lådan kommer att stå utomhus länge ber vi er om att lägga ut ett par filter, tidningar eller något annat isolerande. Det räcker långt eftersom påse och kartong skyddar en del.

Snön kan så klart göra att vi kan bli aningen försenade med våra leveranser. Hoppas att ni har overseende och ring oss om ni måste iväg, vi kan alltid lösa leveranserna på något sätt så att inga grönsaker står ute över natten.

Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66

kalle Marta@gro nsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

GRÖNSAKER
DIREKT



Hej!

Idag får ni potatis (Solist), morötter och nyskördade palsternackor från vår gård i Ramdala, vitkåk från B. Ask i Tävelsås samt gullök från T. Turesson i Vinslöv. Allt **KRAV**-odlat. I fruktlådorna får ni inköpta ekologiska äpplen, apelsiner och grape.

Information till gamla och nya kunder;

Denna vecka är den första i de nya betalningsperioderna, både för er som betalar kvartalsvis och er som betalar halvårsvis. Fakturorna för dessa kommer vi att skicka med i lådorna v 4. Om ni vill ändra något i era leveranser ber vi er höra av er innan dess. Tack till er som redan hört av er! Om ni inte vill ändra på någor behöver ni *inte* höra av er.

och lite mer till er nya kunder;

lådorna som grönsakerna ligger i tar vi gärna tillbaka för vi kan använda dem upp till fem gånger innan de brister. Vik ihop och ställ dem på den plats där vi lämnar grönsakerna så tar vi dem med oss. Tack för hjälpen.

Vi ses om två veckor/ Märta och Kalle

Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66

kalle Marta@gro nsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

GRÖNSAKER
DIREKT



Ljuvlig vitlöksstekt palsternacka

Detta recept innehåller 200 g palsternacka vilket räcker som grönsakstillbehör till en varmrätt, som till exempel spagetti och köttfärsås. En dubbel sats kan med fördel läggas som täcke på en ungsgrillad falukorv (följ receptet nedan och täck korven under de sista minutrarna i ugen).

200 g palsternacka i centimeterstora tärningar
3 vitlökar, fint hackade
1 liten purjolök, skivad
olivolja, salt och peppar

Hetta upp oljan och lägg ner alla grönsakerna. Sänk värmen något så att det inte bränns. Stek tills palsternackorna är något mjula och vitlöken välstekt. Smaka av med salt och peppar.

Bräserad kål med svamp

ca 1 kg vitkål
1 tsk grönsaksfond uppblandat i 1 dl vatten
4 msk olja
2 vitlöksklyftor, fint skivade
1 dl vispgrädde
1 tsk grovkorning senap
lite finklippt gräslök eller färsk dragon
350 g kantareller, eller skogschampinjoner, eller trattkantareller
25 g smör
1 msk tamari/soya
1 msk rött vin
salt och svartpeppar

Ansa kålen och dela den i bitar. Lägg dem i en tjockbottnad kastrull tillsammans med fond, vatten, olja, 1 vitlök, salt och peppar. Koka upp under lock, sänk omedelbart och låt bräsera i ca 20 min. Tillsätt då 2/3 av grädden och senapen, låt sjuda i någon minut till och lägg då ner gräslök eller dragon. Fräs svampen i smöret med den andra vitlöken, salt och peppar. Tillsätt grädde, tamari och vin, låt koka upp snabbt och ta av från värmen så att det inte bränns. Servera tillsammans i en skål.



Potatisgulasch för fyra personer

2 gula lökar
10-12 (ca 800-1000g) potatisar
3 msk smör
2 tsk paprikapulver
2 tsk salt
1 tsk kummin
1 tsk mejram
3 dl buljong

Skiva och fräs lök och potatis i smöret, tillsätt kryddorna på slutet och håll sedan i buljongen och koka (gärna i järngryta) på svag värme under lock i ca 20 minuter. Servera med kall gräddfil och en vitkålssallad. Även gott med grillad eller stekt korv.

Körschema 2013

v 2	10, 11 jan	v 28	11, 12 juli
v 4	24, 25 jan	v 30	25, 26 juli
v 6	7, 8 feb	v 32	8, 9 augusti
v 8	21, 22 feb	v 34	22, 23 augusti
v 10	7, 8 mars	v 36	5, 6 september
v 12	21, 22 mars	v 38	19, 20 september
v 14	4, 5 april	v 40	3, 4 oktober
v 16	18, 19 april	v 42	17, 18 oktober
v 18	2, 3 maj	v 44	31 oktober, 1 november
v 20	16, 17 maj	v 46	14, 15 november
v 22	30, 31 maj	v 48	28, 29 november
v 24	13, 14 juni	v 50	12, 13 december
v 26	27, 28 juni	v 52	vet ej än, återkommer med info.