



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 överseende och ring oss om ni måste iväg, vi kan alltid lösa leveranserna på något sätt så att inga grönsaker står ute över natten.

Tillägg

På vår hemsida, under fliken tillägg, finns bland annat must, mer grönsaker och inlagda bönor som ni kan beställa och få till era lådor. Beställningen gör man där.

GRÖNSAKER
DIREKT



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



Hej!

Idag får ni potatis (Solist), morötter, polkabetor, gulbetor samt kålrötter från vår gård i Ramdala, samt gullök från T. Turesson i Vinslöv. Allt **KRAV**-odlat. I fruktlådorna får ni inköpta ekologiska äpplen, päron och grape.



Beskäring

När vi inte sorterar eller packar grönsaker beskär vi våra äppelträd. Här ser ni hur vi jobbar; konkurrenter till toppen ska bort och solen ska nå in till frukten längs stammen. Ettåringar med blomknoppar sparas för frukt i år.

Vi ses om två veckor/ Märta och Kalle

GRÖNSAKER
DIREKT



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

Rostade grönsaker

4 morötter
1 kålrot
2 gula lökar
6 vitlöksklyftor
3 medelstora potatisar
4 purjolökar
2 polkabetor
4 msk olivolja
1 msk örtekryddor som mejram, timjan eller rosmarin
1 krm farinsocker
1 msk soya
salt och svartpeppar

Skala och skär rotsakerna i mindre delar. Blanda med olivoljan, örterna, soyan, saltet, svartpepparn och sockret. Lägg dem i en ungsfast form. Grilla dem 35- 40 minuter eller tills grönsakerna är mjuka.

Chili con carne med kålrot

6 dl kokta vita- och kineyböner
2 gula lökar
2 msk smör
1 kålrot
400 g nötfärs
1 dl vatten
400 g krossade tomater
2 vitlöksklyftor
salt
2-3 tsk chilipulver
1 stor paprika

Skala och hacka löken, skala och skär kålroten i cm-stora tärningar. Låt fett bli ljustrunt i en gryta. Stek köttfärsen och rör den jämnt grytig. Lägg i och fräs löken och kålroten. Tillsätt vatten, tomater, pressad vitlök, salt och kryddor. Koka under lock på svag värme i 15 - 20 minuter. Dela kärna ur och hacka paprikan under tiden. Tillsätt den och de kokta bönerna och koka i 5 minuter. Smaka av. Servera med bröd och rivna morötter.



Kokta kålrötter med kumminyoghurt

2 dl yoghurt
2 tsk stöta spiskummin
några droppar saft från en citron
kålrötter
salt

Börja med att hälla yoghurten i ett kaffefilter så att vätskan dras ur. Skala kålroten och skär i grova bitar. Koka i lättsaltat vatten tills den är mjuk, ca 20 minuter. Rör yoghurten som "tjocknat" till en jämn sås, rör ner citronsaften och spiskummin, smaka av med salt.

Råraka med gulbeta

mängd till 1 portion

1 - 2 medelstora potatisar
1 stor eller 2 mindre gulbetor
2 krm salt
smör och olja

Skala potatis och betor och riv dem grovt, gärna i matberedaren. Blanda ner saltet. Värm hälften olja hälften smör i en stekpanna och klicka ut tre plättar åt gången, knappt 1/2 dl smet per kaka. Bred ut den så att kanterna blir fräsiga. Stek dem bruna på båda sidorna. Servera med lingonsylt.