



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 och varorna kommer med nästa leverans. Några exempel:

Äppelmusten, 1000 ml	50kr
Äppelmusten, 3 L(BiB)	120 kr
Potatis, 2 kg	20 kr
Inlagda bönor	50 kr
Rågflingor, 500 g	15 kg



Hej!

Idag får ni potatis (Asterix), morötter, palsternackor, fäskt vitlök och basilika från vår gård i Ramdala samt gullök från T. Turesson i Vinslöv. Allt är **KRAV**-certifierat. I fruktlådorna får ni inköpta ekologiska äpplen, päron och bananer.

Sakta men säkert kommer nu primörerna. Idag i form av färsk vitlök och basilika. Den färska vitlöken har precis börjat svälla och ni får nu förja klyftornas utveckling i tvåveckorsintervaller. De syns inte än men smaken på hela vitlöken är mycket mild och fin nu. Ät dem råa i sallader, grilla eller stek i olja.

Basilikan kan ätas upp direkt eller så kan ni låta dem växa mer i krukan eller omplanterad i en balkonglåda. De är lite känsliga för kyla så vänta med att plantera ut dem. Vattna noga och plocka dem uppifrån så att de inte går i blom.

Jordgubbarna blommar och färskpotatisen är ärtstor (liten)!

Vi ses om två veckor/ Märta och Kalle



Basilikasås med vitlök

1 dl färsk basilikablåd
2 dl creme fraiche
1 färsk vitlök
1 tsk Sambal Olec
salt och svartpeppar

Ansa vitlöken och hacka dem fint, använd hela vitlöken, mycket smak sitter i det gröna. Mixa basilikan med vitlök och creme fraiche, smaksätt med Sambal Olec, salt och peppar. Såsen är god till färsk sallad eller varma klyftpotatisar.

Snabb morotsrätt med pasta

1 gul lök
3 morötter
1 paket bacon eller motsvarande mängd korv
400 g bönor på burk
nykokt pasta till 4 personer
1 msk tamari
olivolja
riven ost om man vill

Skala och hacka lök och morötter. Värm lite olja i en stekpanna och fräs lök och morötter. Tillsätt baconet eller korven skivet i fina bitar. Stek i 2 minuter. Tillsätt tamari och stek i ytterligare 2 minuter. Tillsätt börnorna och låt dem bli varma. Blanda pastan med de stekta grönsakerna i stekpannan eller i grytan. Ringla över olivolja och riv eventuellt ost ovanpå. Servera varmt.

Stuvad potatis med färsk kryddor

ca 800 g potatis
3 msk smör
2 msk vetemjöl
2 dl mjölk
2 dl kokvatten från potatisen
salt, vitpeppar
1/2 dl hackade färsk kryddor; basilika, dill, oregano eller timjan alternativt alla blandade.
Stark och söt senap

Skala potatisen och skiva dem i 1 cm tjocka skivor. Koka i lättsaltat vatten tills de är nätt och jämt mjuka. Överkoka dem inte. Håll av vattnet men spara 2 dl. Smält smöret i en tjockbottnad gryta. Rör ner mjölet och tillsätt mjölken lite i taget så att alla klumpar kan vispas ut. Tillsätt den sista mjölken och sedan kokvattnet från potatisen. Låt koka försiktigt i 3 minuter. Späd med mer mjölk om det behövs. Tillsätt de färsk kryddorna, och smaka av med salt och peppar. Servera ihop med senapen, gott till stekt korv, kokt fisk eller kyckling.

Kokta palsternackor med vitlök

1-2 palsternackor
finrivet skal från 1/2 citron
1/2 dl rapsolja
1 dl hackad färsk vitlök
salt och peppar

Skrubba palsternackorna och skär bort blastfästet, dela dem på längden i fyra till sex delar. Koka dem i saltat vatten tills de är färdiga men med lite tuggmotstånd, ca 4 minuter. Slå av vattnet. Smaksätt dem med olja, salt och peppar. Strö över den hackade vitlöken. Servera till nybakat bröd eller som tillbehör.