



Sommaruppehåll

Vänligen meddela oss så fort ni vet om ni vill göra uppehåll i sommar. Det underlättar för oss i planeringen. Tack alla ni som redan gjort det!

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

Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66

kalle.marta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Hej!

Idag får ni potatis (Asterix), morötter, fäskt vitlök, några salladslökar och smakprov på färskpotatis från vår gård i Ramdala samt gullök från T. Turesson i Vinslöv. Det halvkilo eller kilo lök ni ska få i lådorna är idag en blandning av fjolårets gullök och årets första salladslökar. Nästa gång blir det ett helt knippe salladslök.

Allt är **KRAV**-certifierat. I fruktlådorna får ni inköpta ekologiska äpplen, päron och bananer.

Som vanligt finns vi på **LÖVMARKNADEN** med mer färskpotatis och om värmen består även jordgubbar. Och must och gräslök och vitlök och salladslök och basilika också så klart.

Kom förbi Amiralitetsparken, mitt emot kransbindarna och fyll på med nyupptagen färskpotatis till midsommarkalassen!

Vi hoppas kunna ge er jordgubbar i nästa leverans fruktlådor och även erbjuda självplock. Titta på hemsidan för mer information, vi meddelar där när självplockningen börjar.

Vi ses om två veckor/ Märta och Kalle

Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66

kalle.marta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE

**GRÖNSAKER
DIREKT**





Stekt vitlök med tomat

2 färska vitlökar
olivolja
2 tomater
salt och peppar

Tvätta vitlöken, dela på längden och skär i cm-stora bitar. Hacka tomaterna grovt. Hetta upp olivolja i en stekpanna och fräs grönsakerna ganska hårt. Salta och peppra. Röran är god till färskpotatis eller på ett rostat bröd, gärna med ost.

Lökpaj med tre sorters lök

3 dl vetemjöl
1 krm salt
125 g smör
2 msk vatten
2 gula lökar
2 färska vitlökar
2 salladslök
3 ägg
2 dl riven ost
3 dl mjölk
salt och svartpeppar

Pajdegen kan lättast göras i en matberedare. Mixa tills degen är fast och tryck då ut den i en ca 25 cm i diameter stor pajform. Förgrädda pajdegen i 225 grader i 10 minuter. Ansa, skala och hacka all lök. Stek den i olja eller smör så att den får lite färg. Lägg den sedan i pajskalet. Rör ihop ägg, mjölk, salt och peppar. Strö osten på löken och håll över äggstanningen. Grädda i ca 30 minuter eller tills fyllningen har stelnat. Garnera gärna med färsk timjan.

Bondomelett

ca 100 g rökt skinka, kassler eller korv
3 - 4 kokta kalla potatisar
1 gul lök
4 ägg
2 krm salt
4 msk vatten
1 - 2 msk smör
1 salladslök

Skär skinkan, kasslern eller korven och potatisen i små bitar. Skala och finhacka löken. Vispa ihop ägg, salt och vatten. Låt smöret bli ljusbrunt i en stekpanna, fräs först löken, sedan skinkan och potatisen. Håll sist på äggsmeten. Lyft eller stick hål så att lös smet kan rinna ner. Strö på finstrimlad salladslök och servera till finrivna morötter.

Färskpotatis

Färskpotatis ska förvaras i kylskåp och är en färskvara som bör ätas upp inom några dagar.

Tvätta potatisen i vasken under rinnande vatten. Så här tidigt på säsongen räcker det med att röra runt bland potatisarna, skalet skavs av och ni behöver inte skrubba med rotbortse. Koka upp lättsaltat vatten och lägg i potatisarna. Lägg de största i botten för de mindre blir klara fortare och behöver plockas upp efter ca 8 minuter. Känn ofta med en sticka för så här färsk potatis blir lätt överkokt och mycket smak går förlorad. Det är ett pass att koka färskpotatis men deso godare om det görs rätt. ÄT MED SMÖR och salt.